# வைத்திய கலாநிதி

# THE VAIDYA KALANIDHI

EDITOR
**Pandit M. Duraiswami Aiyangar,**
*Ayurveda Bhushan.*

பத்திராதிபர்
பண்டித எம். துரைஸ்வாமி ஐயங்கார்
ஆயுர்வேத பூஷண

புஸ்தகம் 1. Vol. 1. ப்ரமாதீச ௵ [illegible]ங்குனி௴ —APRIL—1914. ஸஞ்சிகை 8, No. 8.


## PREVENTION OF TUBERCULOSIS.

## க்ஷயரோகத்தைத் தடுக்கும் முறை.


By
Dr. G. C. CHATTERJEE, M. B.,
*Professor of Pathology And Bacteriology.*


கீழ்நாட்டிலுள்ள ஜனஸமூஹத்தாரெல்லாம் விதிப்படி நடப்பதாக நினைத்திருக்குந் தன்மையரென்று பழமொழிபோல் ஒரு விஷயம் வழங்கப்பட்டுவருகிறது. படித்த வகுப்பாரும் இவ்விதம் சொல்லிக்கொண்டு வியாதிகளைத் தடுப்பதற்கேற்ற பிரயத்னங்களைச் செய்ய சுறுசுறுப்பின்றி சும்மாயிருப்பது சோசநீயமான விஷயமல்லவா? ஆனால் தற்காலத்தில் கற்றறிந்தவரில் சிலர், துரத்ருஷ்ட சாலிகளான நமது தேசத்து ஜனங்கள் விஷயத்தில் அவ்வளவு அலக்ஷியமாயிருப்பதில்லையென்றும், இரண்டொருவர் இவ்வித பொதுக்காரியத்தில் முயற்சி அவசியமானதென்று கருதக்கூடியவராயிருக்கின்றனரெனவும் அறிவேன். தேசத்திலுள்ள அறிவாளிகள் அனைவரும் ஒன்று சேர்ந்து சில ஸங்கம் முதலியவற்றை ஏற்படுத்தி ஊக்கத்துடன் உழைக்க முன் வந்திருப்பார்களாயின் விஷம ஜ்வரம், க்ஷயரோகம் முதலிய கொடிய வியாதிகளிடமிருந்து எவ்வளவு ஜனங்கள் தப்பிப் பிழைத்திருப்பார்கள்! எவ்வளவு பிரஜைகள் துன்பங்களுக்கும் துயரத்திற்கும் ஆளாகாமல் ஸுகமாக வாழ்ந்திருப்பர்!

ஒரு வேளை இந்த க்ஷயரோகத்தைத் தடுப்பதற்கேற்ற முக்கியமான உபாயங்கள் இன்னவையென்று அறிய வழியின்மையினால் சிலர் இவ்வித காரியங்களில் முயற்சி செய்ய முன்வர முடியாமல் இருந்திருக்கலாம். காரணம் அதுவாயிருந்தால், ஒவ்வொரு படித்தறிந்த வைத்தியனும் இவ்வியாதியைப்பற்றியும், இதைத் தடுப்பதற்கு அவசியமான சில முறைகளைப்பற்றியும் இப்பொழுது பிரத்யக்ஷப்ரமாணங்களைக்கொண்டு அறியப்பட்ட உண்மையான உபாயங்களை பொது ஜனங்கள் அனைவரும் அறிய வெளியிட வேண்டும். படித்தறிந்த வைத்தியர்கள் அனேகர் ஒன்று கூடி, வியாபகரான சாஸ்திர பரிசோதகர்கள் பிரயாஸப்பட்டு இவ்வியாதி விஷயத்தில் இது காறும் ஒப்புயர்வற்ற அனுபவத்தினால் கண்டறிந்த அருமையான விஷயங்களை உதாரணமாக எடுத்துக் கூறி, இந்த ரோகம் பரவும் வழிகளையெல்லாம் ஜனங்களுக்குப் போதுமாறு அறிவிக்க வேண்டும். இதற்காகவே, வைத்தியர்கள், தமது பிணியாளிகளிடம் க்ஷயரோகம் பரவிவருகிற விஷயத்தையும், அவ்விதம் பரவுவதற்குண்டான வாஸ்தவமான ஹேதுக்களையும் பற்றி தமது அபிப்பிராயங்களை வெளியிட வேண்டுமென்றும், அவ்விதம் வெளியிட்டால் பிறகு அனைவரும் ஒன்றுகூடி தகுந்த

பிரயத்னம் செய்யக்கூடுமென்றும் சொல்லி வைத்தியர்களையெல்லாம் வேண்டிக் கொள்வதற்காக 'கல்கட்டா மெடிகல் ஜர்னல்' என்கிற வைத்திய பத்திரிகையில் ஒரு கடிதம் எழுதி வெளியிட்டேன்; அம்முறைப்பாடு செவிடன் காதில் சங்கூதியதைப்போல் ஆயிற்று. ஆனால் இது வரையிலும் கண்டறிந்த இவ்வியாதியின் உண்மையான தத்துவங்களையும், இவ்வியாதியினால் அளவற்ற உயிர்கள் சேதமடைவதற்கு வேண்டிய உதாரணங்களையும் தகுந்தவாறு வெளியிடாமையால், சிலர் இவ்விஷயத்தில் கவனம் செலுத்தாமல் இருந்திருக்கலாம். எனது ஒருவனுடைய முன்னிலையிலேயே இக்கொடிய வியாதிக்கு இரையானவர்களும், இதனால் பலன்குன்றி வக்க முற்றவர்களும் எண்ணிறந்தவர்களென்றால், இதர வைத்தியர்களுக்குத் தெரிந்தும் தெரியாமலும் இதனால் பீடிக்கப்பட்ட அல்லது உயிர்துறந்த ஜனங்களின் ஸங்க்யை எவ்வளவு இருக்குமோ அதை ஈசனே அறியவேண்டும். எனது அனுபவத்தின் பேரில் இவ்வியாதிக்குப் பாத்திரமான சில குடும்பத்தாரை நான் கீழே உதாரணமாகக் குறிப்பிடுகின்றேன்:—

I. (1) கல்கத்தாவில் எனக்குத் தெரிந்து ஆரோக்கிய நிலைமையில் இருந்து வந்த ஒரு குடும்பத்தில் 20 வயதுள்ள ஒருவனுக்கு ச்வாஸாசய ஸம்பந்தமான க்ஷயரோகம் உற்பத்தியாயிற்று; அவன் அவ்வியாதியினால் வருந்திக் கொண்டிருந்து, அப்பால் இரண்டு வருஷம் கழித்து இறந்து விட்டான்.

(2) மேற் குறித்தவனுக்கு 18 வயதில் ஒரு ஸஹோதரி உண்டு; அவள் விவாஹமானவள்; அவளுக்கும் தனது அண்ணன் இறந்த இரண்டு வருஷங்களுக்குள், பிரஸவித்தது முதலாக வெகு தீவ்ரமான க்ஷயரோகம் உண்டாய் வருந்தி இறந்தனள்.

(3) அதே மனிதனுக்கு 16-வயதில் மற்றொரு ஸஹோதரி இருந்தாள்; அவளும் தீவ்ரமான ச்வாஸாசயக் கழலை ரோகத்தினால் 4-வருஷகாலம் துன்பம் அனுபவித்து அதன் மூலமாகவே தனது கணவனுடைய வீட்டிலேயே மரித்து விட்டாள்.

(4) அவனுக்கே 17 வயதில் ஒரு ஸஹோதரன் உண்டு; அவனுக்கு ரக்த பித்தம் (உமிழ் நீருடன் தொண்டை ச்வாஸாசயம் முதலிய இடங்களிலிருந்து இரத்தம் வருதல்) என்கிற வியாதி உண்டானதுடன், க்ஷயரோகத்திற்கு வேண்டிய ஆரம்பக்குறிகள் யாவும் காணப்பட்டன; ஆனால் தைவச்செயலாய் அவனை கல்கத்தாவை விட்டு மற்றோரிடத்திற்குப் போய் ஸுகமாயிருக்கச் செய்ததில், அவ்வியாதி குணமாய் விட்டது.

(5) அதே வீட்டில் மேற்குறித்தவனுடைய மாற்றாந்தாய்ப் பிள்ளை ஒருவன் ரக்தபித்த ரோகத்தினால் வருந்தியதுடன் க்ஷயரோக ஸம்பந்தமான எல்லா முற்குறிகளும் உண்டாய் அதனால் கஷ்டப்பட்டான்.

(6) முதற் பிணியாளியினுடைய மூ[த்த] ஸஹோதரன் மனைவி, மூன்று வருஷகாலம் க்ஷயரோகத்தினால் பீடிக்கப்பட்டு, முதல்வன் இறந்த ஆறு வருஷங்கழித்து காலஞ் சென்றாள்

(7) ஆறாவது பிணியாளிக்கு 10 வயதில் ஒரு [illegible]ளையிருந்தான்; அச்சிறுவன் க்ஷயரோகத்தினாலேயே அவன் தாய் இறந்த சிறிது நாட்களுக்குள் மரித்தான்.

II. கல்கத்தாவில் நன்கு ஆரோக்கிய நிலைமையில் இருந்து வந்த மற்றொரு குடும்பத்தின் வரலாறும் பின் வருமாறு:—

(1) பத்து வருஷத்திற்கு முன் மேற்படி குடும்பத்தின் தலைவரான 60 வயதுள்ள ஒருவருக்கு பிரமேஹரோகம் உண்டாய், அதன் மூலமாக ச்வாஸாசயங்களில் கழலை ரோக ஸம்பந்தமான ஸூக்ஷ்மகிருமிகள் (Tubercle ba-

cilli) ஏராளமாய் அபிவிருத்தியாய் மாண்டு போனான்.

(2) அக்கிழவருடைய ஒரு பெண்ணுக்கும் ச்வாஸாசய ஸம்பந்தமான க்ஷயரோகமே உண்டாய், பிறகு மூன்று வருஷம் கழித்து அவளுடைய கணவன் வீட்டிலேயே இறந்து விட்டாள்.

(3) இரண்டாவது கேஸின் கணவன், அடிவயிற்றில் வீக்கத்தை யுண்டுபண்ணும் ஒருவித க்ஷயரோகத்தினால் காலஞ் சென்றான்.

(4) முதற் பிணியாளியினுடைய 36 வயதுள்ள மூத்த குமாரனானவன் நாலு வருஷ காலம் க்ஷயரோகத்தினால் வருந்திக் கொண்டிருந்து முதற் கேஸுக்குப் பிறகு 8 வருஷங்கள் கழித்து உயிர்துறந்தான்.

(5) மேற்படி முதல்வனுடைய மனைவியானவள் தொண்டையிலுண்டாகும் ஒருவித க்ஷய ஸம்பந்தமான அழற்சியினாலும், ச்வாஸாசயக் கழலையாலும் அக்கிழவன் இறந்த 9 வருஷம் கழித்து மரணமடைந்தாள்.

(6) மேற்படி கிழவனுடைய 20 வயதுள்ள நான்காவது பிள்ளை ரக்தபித்த ரோகத்தினால் வருந்தினான்; அப்பால் க்ஷயரோகிக்குற்ற குழிகள் அனேகம் உண்டாயின; ஆனால் தகுந்த சுகாதார ஏற்பாடுகளால் வெகு ஜாக்கிரதையாக இருக்கச் செய்ததில் குணமடைந்தான்.

(7) அதே கிழவனுடைய 6-வது பிள்ளைக்கும் க்ஷயரோகத்தின் பூர்வரூபங்கள் யாவும் உண்டாயின.

(8) அக்கிழவனுடைய 30 வயதுள்ள இரண்டாவது பிள்ளை குடற்கழலை* ஸம்பந்தமான அதிஸார ரோகத்தினால் துன்பப்படுகிறான்.

(III) கல்கத்தாவில் சிறிதும் காற்றோட்டமில்லாத ஒரு வீட்டில் வஸித்து வந்த மற்றொரு குடும்பத்தாருக்கு இவ்வியாதியினால் சேர்ந்த நிலைமையையும் குறிப்பிடுகின்றேன்:—

(1) 30 வயதுள்ள ஒரு வாலிபன் வெகு தீவ்ரமாய் விருத்தியான க்ஷயரோகத்தினால் எளிதில் இறந்து போனான்.

(2) மேற்கூறிய வாலிபனுடைய இளைய ஸஹோதரன் ஒருவன் மூத்தவன் இறந்த இரண்டு வருஷம் கழித்து ச்வாஸாசயக் கழலையினால் பீடிக்கப்பட்டு பிறகு 6-மாத காலத்தில் மரித்துப்போனான்.

(3) முதல் வாலிபனுடைய மூத்த ஸஹோதரன் மனைவி வெகு ஆரோக்கிய நிலைமையில் இருந்தும், திடீரென்று ச்வாஸய ஸம்பந்தமான க்ஷயரோகத்தையடைந்து இரண்டாவது கேஸுக்குப் பிறகு ஒரு வருஷம் கழித்து காலஞ் சென்றாள்.

(4) மேற் குறிப்பிட்ட ஸ்த்ரீயின் ஸஹோதரன் ஒருவனுக்கு அப்பால் மூன்று வருஷம் கழித்து ச்வாஸாசயக் கவசத்தை (Pluera) ஆச்ரயித்து கழலை ரோகம் ஆரம்பமாயிற்று; பிறகுக் கிரமமாக ச்வாஸாசயத்தின் உட்புறங்களிலும் வியாபிக்கத் தொடங்கிற்று; பிறகு ச்வாஸாசயத்தில் குழிகள் அனேகம் ஏற்பட்டு இரண்டு வருஷகாலம் அவ்வியாதியினால் துன்பமனுபவித்து இறந்துவிட்டான்.

(5) அவளுடைய 25 வயதுள்ள ஒரு ஸஹோதரிக்கு க்ஷயரோக ஸம்பந்தமான கிரந்திகள் கழுத்து முதலான இடங்களில் உண்டாயின; பிறகு தைவாதீனமாய் அவளுக்கு அவ்வியாதி குணமாயிற்று.

(6) அவளுக்கு 6 வயதில் ஒரு பிள்ளையுண்டு; அவனுக்கும் கண்டமாலை போன்ற க்ஷயவியாதி ஸம்பந்தமான கிரந்திகள் உற்பத்தியாயின.

(IV) வெள்ளிநூரில் வஸித்துக்கொண்டிருந்த வேறொரு குடும்பத்தார் கல்கத்தாவில் இருப்பதற்காக வந்து சேர்ந்தார்கள். அக்குடும்பத்தில் ஐந்து ஸஹோதரர்களும், மூன்று ஸஹோதரிகளும் இருந்தனர். அவர்களுள்

ஒருவனுக்கு ரக்தபித்தம் என்கிற வியாதி உண்டாய் பிறகு ச்வாஸாசயக் கழலையும் உற்பத்தியாய் இரண்டு வருஷம் கழித்து மரித்துப் போனான். மற்றொருவனுக்கு அதற்கு ஒரு வருஷம் முன்னதாகவே க்ஷயரோகம் ஆரம்பித்து இரண்டு வருஷகாலம் துன்பமனுபவித்து அவனும் காலகதியடைந்து விட்டான். 25 வயதுள்ள ஒரு ஸஹோதரிக்குக் கழலை ரோகஸம்பந்தமான கிரந்திகள் உற்பத்தியாயின. வேறொரு ஸஹோதரனும் ச்வாஸாசயக் கழலையினாலேயே வருந்திக் கொண்டிருந்து சீக்கிரம் இறந்து போனான்.

(V) வங்காளத்தில் காஸிபூர் என்கிற இடத்தில் வஸித்து வந்த ஒரு குடும்பம் முடிய இதே வியாதியினால் அழிந்துவிட்டது; அக்குடும்பத்தில் 6 ஸஹோதரர்கள் இருந்தார்கள். ஒருவன் பின் ஒருவனாக 8 வருஷத்திற்குள் அனைவரும் இவ்வியாதிக்கு இரையானார்கள். சுமார் 18 வயதுள்ள அவர்களுடைய பந்து ஒருவன் அதே வீட்டில் குடியிருந்தவர, ச்வாஸாசயக் கழலைக்கு ஆளாய் அவனும் சீக்கிரம் மாண்டு போனான்.

இவ்விதமாய் இன்னும் பத்துப் பன்னிரண்டு குடும்பங்கள் இக்கொடிய வியாதிக்கு இரையான விஷயத்தை நான் ப்ரத்யக்ஷமாக என் கண்களால் பார்த்திருக்கிறேன்.

மேற்கூறிய உதாரணங்களைக்கொண்டு இந்த வியாதியானது இரத்தபாச மென்னும் ஸம்பந்தமின்றியே ஒரு மனிதனிட மிருந்து மற்றொரு மனிதனிடம் பரவக் கூடியதென்று அறியப்படுகிறதல்லவா? ஒரு க்ஷயரோகியுடன் நீடித்தகாலம் வாஸம் செய்வதாலேயே இவ்வியாதி ஒருவரிடமிருந்து மற்[றொருவரி]டம் வியாபிக்கும் தன்மையதெனக் கூறவேண்டியிருக்கிறது. க்ஷயரோகியினுடைய பிள்ளைகளுக்கும் பெண்களுக்கும் இந்த வியாதி உண்டாவதற்குக் காரணம், அவர்கள் தகப்பனுருடன்கூட வஸிப்பதே. ஐரோப்பிய தேசங்களில் சுத்தமாகக் காய்ச்சிய பாலையும், நன்றாகப் பொரித்த இறைச்சியையும் உபயோகிக்கும் ஜனங்களிடமும் க்ஷயரோகம் சில ஸமயம் பரவுவதைப் பார்த்தால், நூற்றுக்கு 99 கேஸுகளும் ஒரு மனிதனிடமிருந்து மற்றொருவரிடம் பரவுவதாகத் தெரிய வருகிறதேயன்றி, பால் அல்லது மாம்ஸம் மூலமாகப் பரவுவதாக அறியப்படவில்லை. ஆகவே இந்தியாவிலும் இவ்வியாதியானது ஒரு ரோகியினிடமிருந்து மற்றொரு மனிதனிடம் தொற்றுகிறதாகவே நிச்சயிக்க வேண்டுமேயன்றி வேறு விதமாகப் பரவுவதாய் சொல்லுவதற்கில்லை. முக்கியமான சில அறிவாளிகளும் இவ்விஷயத்தில் நம்பக்கூடாத விதமாய் வெளியிடும் சில கட்டுக்கதைகளை நான் எதிர்த்துக் கூறுவதற்குப் பிரமாணங்கள் இருக்கின்றன. ஸாதாரணமாய் இவ்வியாதி வியாபிப்பதற்கு அனைவரும் வெளியிடும் கொள்கைகளிற் பொதுவானவை:—

விஷக்கிருமிகள் சேர்ந்துள்ள பால், மாம்ஸம் இவற்றின் மூலமாக க்ஷயரோகம் தேசத்தில் வியாபிக்கின்றது என்பது முதற்கொள்கை. க்ஷயரோகம் ஒருவனுக்கு உண்டானால், அவனுடைய ஸந்ததியில் பிறப்பவனுக்கும் உண்டாகக்கூடும் என்பது இரண்டாவது கொள்கை.

இரண்டாவது கொள்கையானது எவ்வளவு தூரம் வாஸ்தவமென்று நாம் இப்பொழுது விசாரம் செய்ய வேண்டிய அவசியமில்லை; ஏனெனில், அக்கொள்கை சரியல்லவென்று வெகு நாட்களுக்கு முன்னமே விலக்கப்பட்டது. முதலிற் கூறிய கொள்கையின் ஸம்பந்தமாகவே, சாஸ்திர பரிசோதகர்களின் அபிப்பிராயங்கள் வித்யாஸப்படுவதால், இத்தேசத்திய சிறந்த அறிவாளிகளான பண்டிதரின் மனதும் சிறிது ஸந்தேஹத்தினால் குழப்பங்கொண்டிருக்கிறது. ஆகவே இதற்காக இரண்

டொரு முக்கியமான சாஸ்திராதிகாரிகளுடைய கோட்பாடுகளை இங்கு எடுத்துக் கூற வேண்டியிருக்கிறது.

சென்ற 1908-ம் வருஷம் வரையில் தத்துவ சாஸ்திர விற்பன்னர்களும்(Scientific experts) மனிதனுடைய ச்வாஸாசயத்திலும் மற்ற அவயவங்களிலும் காணப்படுகிற க்ஷயரோகத்திற்குக் காரணமான விஷக்கிருமிகளுக்கும், பசுக்களின் வியாதிகொண்ட அவயவங்களில் காணப்படும் கிருமிகளுக்கும் இயற்கையிலுள்ள வித்யாஸங்களைக் கண்டறியவில்லை. ஆகவே இவ்வியாதியைத் தடுப்பதற்காக, க்ஷயரோகமுள்ள பசுக்களின் பாலையும், அவ்வித ஜந்துக்களின் இறைச்சியையும் உபயோகிக்கக் கூடாதென்று ஆங்காங்கு பிரவசனம் செய்யப்பட்டு வந்தது. அப்பால் இலண்டனிலும், அதற்குப் பிறகு வாஷிங்டனிலும் நடந்தேறிய அகில தேசிய க்ஷயரோக வைத்திய மஹாஸபையில் (The Inter National Congress of Tuberculosis) ராபெர்ட் காச் என்பவர் க்ஷயரோகிகளால் துப்பிவிடப்பட்ட கோழையிலுள்ள ஸூக்ஷ்மமான விஷக்கிருமிகளுக்கும், இதர ஜந்துக்களின் அவயவங்களில் பரவியுள்ள க்ஷயரோகக் கிருமிகளுக்குமுள்ள வேற்றுமையைக் கண்டறிந்து வெளிப்படையாகத் தெரிவித்தார். மிருகங்களுடைய சரீரதாதுக்களில் பரவி வளரும் க்ஷயரோக விஷக்கிருமிகள் மனிதருடைய சரீரத்திலும் வெகு சொற்பமாக ஸம்பந்திக்கக் கூடுமென்றாலும், அவற்றால் பிராணாபாயமுண்டாகக்கூடிய ச்வாஸாசயக்கழலை உற்பத்தியாவதில்லை. மிஸ்டர் காச் என்பவர் இவ்விதம் முதலில் பரிசோதனை செய்து ஒருவாறு விஷயத்தை விளக்கவே, பிறகு புதிய மாதிரியான இக்கொள்கையின் உண்மையை அறிவதற்கு அனேகம் சாஸ்திர நிபுணர்கள் பிரயத்தனம் செய்யத் தொடங்கினர். பிறகு ராபெர்ட் காச் என்பவரை தலைமையாகக் கொண்ட ஒரு கமிஷனும் மேற்படி விஷயத்தை நன்கு ஆராய்ச்சி செய்வதற்காக ஏற்படுத்தப்பட்டது. அக்கமிஷன் செய்த பற்பல பரிசோதனைகளால் மனிதருக்கும் மிருகங்களுக்கும் உண்டாகும் க்ஷயரோகத்திற்குக் காரணம் வெவ்வேறு விதமான கிருமிகளென்றும், மிருகங்களுக்கு க்ஷயரோகத்தையுண்டுபண்ணும் ஸூக்ஷ்மகிருமிகள் மனிதருக்குப் பெரும்பாலும் அபாயமுண்டுபண்ணுவதில்லையென்றும் நிர்த்தாரணம் செய்தார்கள்.

பிறகு B. மோலெர்ஸ் என்கிற சாஸ்திரஞ்ஞர் அனேக விதமான பரிசோதனைகளைச் செய்தார். தமது வைத்தியசாலையில் 51 க்ஷயரோகிகளைக் கிரமமாகப் பரீக்ஷைசெய்து, அவர்களால் துப்பப்படும் கபத்திலுள்ள கிருமிகளை பரிசோதனை செய்து பார்த்ததில், மிருகங்களுடைய தேஹத்தில் காணப்படும் க்ஷயரோகக் கிருமிகளைவிட மனித தேஹத்திலிருந்தவை எவ்விதத்திலும் வித்யாஸமுள்ளவையாகவே காணப்பட்டன. மோலெர்ஸ் என்பவர் செய்த விதமாகவே மிஸ்டர் காஸெல் என்பவர்கூட 46 க்ஷயரோகிகளின் கோழையை பரிசோதனை செய்தார். அவற்றுள் ஒரு கேஸைத்தவிர்த்து மற்ற 45 கேஸிலும் மனிதருக்கு உண்டாகும் க்ஷயரோகக்கிருமிகளே இருந்தனவேயன்றி, மிருக ஸம்பந்தமான கிருமி ஒன்றும் கிடையாது. காஸெல் என்பவர், இவ்விதம் பரிசோதனை செய்த 27 சாஸ்திர நிபுணர்கள் வரைந்துள்ள ரிபோர்டுகளையும் பிரமாணமாக எடுத்து விளக்கியிருக்கின்றார். இவ்விஷய நிர்த்தாரணைக்காக இது வரையிலும் எல்லா பரிசோதனைகளாலும் பரீக்ஷிக்கப்பட்ட கேஸுகள் மொத்தம் 832. இவற்றுள் 826 கேஸுகளிலும் மனிதருக்கு உண்டாகும் க்ஷயரோகக் கிருமிகளே காணப்பட்டன; ஒரு கேஸ் ஸந்தேஹமானது; இரண்டு கேஸில் இரண்டுவித கிருமிகளும் மிச்ரமாயிருந்ததாகத் தெரியவர்

தது; மற்ற மூன்றுகளிலும் மிருக ஸம்பந்தமான கிருமிகள் காணப்பட்டன. ஆகவே நாம் இப்பொழுது ஒருவாறு அடியிற் கூறப்படும் விதமாய் இவ்விஷயத்தில் ஒருவித தீர்மானத்திற்கு வரவேண்டியிருக்கிறது.

1. க்ஷயரோகமுள்ள ஒரு பிராணியின் தேஹத்தைப் பரிசோதிக்கையில், அத்தேஹத்தில் ஸம்பந்தித்துள்ள க்ஷயரோகக் கிருமிகள் இரண்டு விதமாக இருக்கக்கூடுமென்றும், மனிதருடைய சரீரத்திற் காணப்படுவதை மிருகங்களுடைய தேஹத்திலும் பார்க்கக் கூடுமென்று நிர்த்தாரணம் செய்வது பிசகென்றும் அறியப்படுகிறது.

2 மனிதருடைய ச்வாஸாசயத்தில் கழலை ரோக முண்டாக்கும் கிருமிகள் மிருகங்களிடம் பற்றுதலற்ற சுபாவமுடையவைகள்; மிருகங்களுக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட கிருமிகள் மனிதருனுடைய ச்வாஸாசயத்தில் காணப்படுவது மிகவும் அரிது.

3. மனிதருக்குக் கழலை ரோகமுண்டாக்கக் கூடிய விஷக்கிருமிகள் மனிதர் மூலமாகவே செழித்துப் பரவக்கூடியவைகள்.

4. பால் அல்லது மாம்ஸத்தின் மூலமாக மிருகங்களுடைய தேஹத்திலிருந்து மனிதரிடம் தொற்றிக்கொள்ளும் க்ஷயரோகக் கிருமிகள், மனித தேஹத்தில் வளரக்கூடிய கிருமிகளைவிட எவ்விதத்திலும் குன்றிய வீர்யமுள்ளவைகளாயிருக்கின்றன.

5. க்ஷயரோகம் பரவாமலிருக்கக்கூடிய ஏற்பாடுகள் செய்ய வேண்டுமானால், ஒரு மனிதனிடமிருந்து மற்றவர்களிடம் அவ்வியாதி தொற்றிக் கொள்ளாமலிருக்கக்கூடிய ஏற்பாடுகள் தான் செய்ய வேண்டியவையாகும்.

இதற்காக இங்கிலாந்து முதலான தேசாந்தரங்களில் பெருமுயற்சிகள் செய்யப்பட்டு வருகின்றன. நாம் இத்தேசத்தில் செய்யக்கூடியவை என்ன வென்றால்:—(1) ஒருவனுக்கு க்ஷயரோகம் உண்டானதாகத் தெரிந்தால், கூடுமான சீக்கிரத்தில் நல்ல காற்றும் ஜலமுமுள்ள மனோஹரமான பிரதேசத்திற்கு அனுப்பி, போஷிக்குங்குணமுள்ள சிறந்த ஆஹாரங்களைப் புஜித்துக்கொண்டு ஸுகமாயிருக்கச் செய்ய வெண்டும். (2) சுவரிலும், தரையிலும், மற்றும் தோன்றிய இடங்களிலும் கோழையைத் துப்பாமல் ஒரு பாத்திரத்தில் துப்பி, அப்போதைக்கப்போது எரித்துவிடச் சொல்ல வேண்டும். (3) மேற்கூறிய விஷயங்களையும், மற்றும் க்ஷயரோ நிவாரணோபாயங்களையும் படித்தறிந்த வைத்தியர்கள் ஜனங்களுக்கு ஆங்காங்கு பிரவசனம் செய்து வர வேண்டும்.

---

## A NEW METHOD OF TREATMENT FOR ALL DISEASES.

## எல்லா வியாதிகளுக்கும் ஒரு புதிய சிகித்ஸா முறை.

By

Mr. P. B. RANGA CHARYA

*Conjeeveram Ayurvedic Dispensary.*

யோகிகள் அநுஷ்டித்து வந்த 'காய சுத்தி' என்கிற முறையைக் கொண்டு செய்யப்படும் சிகித்ஸா விசேஷத்தைப்பற்றி சிறிது இங்கு நான் வெளியிடுகிறேன். இந்த சிகித்ஸாமுறை வெகு அபூர்வமானது. உலகிலுள்ள சிகித்ஸா முறைகளில் இதுவே வெகு எளிதானது, அபாயமில்லாதது, நிலைத்திருக்கக் கூடிய ஸுகத்தைத் தரத்தகுந்தது. ஏனெனில் இந்த சிகித்ஸையில் மருந்துகள் சிறிதும் உபயோகிக்கப் படுவதில்லை; சஸ்த்ரம் முதலியதை உபயோகிக்கவேண்டிய அவசியமில்லை; பிராணாபாயம் நேரிடக்கூடிய காரணம் இம்முறையில் கிஞ்சித்தும் கிடையாது.

ஆஹாரநியமும், ஸ்நாநம் இவைகளைக் கொண்டே ஸகல வியாதிகளையும் வேரற ஒழித்து,

ஆரோக்கியத்தை நிலைக்கச் செய்யும் முறையே 'காயசுத்தி வைத்தியம்' என்று சொல்லப்படுகிறது.

மருந்துகளை யுபயோகிக்கும் வைத்தியர்கள் இதில் கவனிக்க வேண்டிய விஷயங்கள் சில உண்டு. இவ்வைத்தியர்கள் வியாதிகளின் ஸ்வரூபம், அவற்றின் உற்பத்தி காரணம் முதலியவற்றைத் தெரிந்து கொண்டிருந்தும், சிகித்ஸா கிரமத்தில் மாத்திரம் சரீரநிலைமைக்கு மாறான வைத்தியத்தைச் செய்து வருகிறார்களென்றே நினைக்க வேண்டியிருக்கிறது. தேஹத்திற்குத் தகாதவையும், புதிய வியாதிகளை யுண்டாக்கக் கூடியவையுமான அநேக பாஷாணபதார்த்தங்களை வியாதிகளைப் போக்குவதற்கென்று ரோகிகளுக்குக் கொடுத்து வருகிறார்கள். ரோகிகள் என்ன செய்வார்கள்! இவ்வைத்தியர்கள் வியாதிகளைப் போக்குவதற்கென்று கொடுக்கும் ஔஷதங்களை நம்பிக்கையுடன் வாங்கி உபயோகிக்க வேண்டிதான் இருக்கிறது. அவ்விதம் வியாதிகளில் ஔஷதங்களை யுபயோகிப்பது தவறுதலென்று நினைக்கிறேன்.

ஔஷதங்களை உட்கொள்ளாத காரணத்தினாலா வியாதிகள் நிவிருத்தியாவதில்லை? அவ்வியாதிகள் உண்டாகும் காரணங்கள் எவையென்றல்லவோ சிகித்ஸை செய்பவன் யோசிக்க வேண்டும்? வியாதிகளின் உற்பத்திக் காரணங்களை நன்றாய் அறிந்தவர்கள், அக்காரணங்களை நீக்குவதற்கு வழி தேடினால் அப்பொழுதல்லவோ அவ்வியாதிகளும் பற்றற ஒழிய வகையுண்டு. உதாரணமாக-மிளகாயின் ஸம்பந்தத்தினால் ஏற்பட்ட எரித்தலைப் போக்க வேண்டுமானால், அவ்விடத்தில் பற்றியிருக்கும் மிளகாயின் அம்சங்களை விலக்கிவிட்டால், எரித்தலும் தானே குறைந்து விடுமல்லவா?

தாங்கள் தவறுதலாகச் செய்த சில காரியங்களின் பயனாக ஏற்பட்ட பிணிகள், மருந்துகளின் அம்சங்கள் அவயவங்களில் இல்லாமையால் உண்டாயிற்றென்று சிலர் நினைக்கக்கூடும்; ஆனால் அதன் தத்துவம் அவ்விதமல்லவென்று இப்புதிய சிகித்ஸாமுறையைப் பின்பற்றுபவர் நன்குணரக்கூடும்? இம்முறைப்படி செய்யப்படும் சிகித்ஸையே காரணமறிந்து செய்யப்படுவதாகவும் அநுபவமுள்ளவர் அறிவர்; இம்முறையானது எங்கும் பரவுமானால், வியாதிகளெல்லாம் பெரும்பாலும் குறைந்து விடுமென்றே சொல்லலாம்; ஜனங்களுடைய க்ஷேமத்திற் கருத்துள்ளவர் இச்சிகித்ஸையை அநுஸரிக்கவேண்டியது அவசியமான காரியம்.

சில வைத்தியர்கள் ரோகிகளுக்கு ஔஷதங்களைக் கொடுப்பதுடன், சில பத்தியக் கிரமங்களையும் ஏற்படுத்துகிறார்கள்; அதாவது கஞ்சி முதலியவற்றையே உணவாகக் கொள்ள வேண்டுமென்கிறார்கள்; அவ்வித பத்தியக் கிரமத்தினால் வியாதியில் சில மாறுதல்கள் ஏற்பட்டு ரோகிக்கு ஏதோ சிறிது ஸௌக்கியம் ஸம்பவிக்கக்கூடும்; ஆகவே அவ்வித மாறுதலெல்லாம் ஔஷதப் பிரயோகத்தினாலேயே உண்டானதாகக் கருதுவதற்கில்லை; மேலும் அவ்விதம் செய்தும் பிணியானது வேரறுக்கப்பட்டதாகச் சொல்ல முடியாது; ஆனால் ஸம்பவிப்பதென்னவென்றால், ஒரு பழைய வியாதி போய், அல்லது மாறி அவ்வியாதியுடன் வேறு சில புதிய வியாதிகளும் உண்டாகின்றன. தேஹத்தில் நாளுக்குநாள் புதிது புதிதாக வியாதிகள் ஏற்பட்டு அதிகமாகப் பரவுவதற்குக் காரணம் இதுவே என்றும் கூறலாம்.

படித்தறிந்த வைத்தியர்களும் கஞ்சிமுதலியதை உணவாகக் கொள்ளும்படி உபதேசிக்கின்றனர்; ஆனால் ரோகிகள் ஆஹார பதார்த்தங்களைக் கடித்து மென்று உட்கொள்ளக் கூடிய சக்தியுடையவர்களா யிருக்கையில், அவர்களைக் கஞ்சி யுபயோகிக்கும்படி நியமிப்பது சரியாகத் தோன்றவில்லை. நாம் உண்ணும் ஆஹாரங்கள் பற்களால் கடித்து மெல்லப்பட்டும், உமிழ்நீரினால் குழைத்துத் திரவமாக்கப்பட்டும் விழுங்கப்பட வேண்டுமெ ஈச்வ

ரனே ஏற்பாடு செய்திருக்கிறான். அவ்விதம் செய்யாமையால் உட்கொள்ளப்படும் பதார்த்தங்கள் தகுந்தவாறு குடலில் ஜீர்ணமாகாமல், சரீரத்திற்கு உதவாத பதார்த்தங்களாகவும் மாறி, பற்பல நூதன வியாதிகளை உண்டாக்குகின்றன.

ஜ்வரம் உண்டானவர்களுக்கு அது உற்பத்தியாவதற்கேற்ற காரணங்களை ஆலோசித்தறிந்தவரும் நிலவேம்பு, கொய்னா சங்கபாஷாணம் முதலியவற்றைப் போன்ற தேகத்திற்குத் தகாத பதார்த்தங்களை பிரயோகித்து சிகித்சை செய்கின்றனர். ஜ்வரமுண்டாவதற்குத் தகுந்த காரணங்கள் யாவை, இப்பதார்த்தங்களின் தன்மைகளென்ன, தாதுக்களுக்கும் இப்பதார்த்தங்களுக்குமுள்ள ஸம்பந்தம் எத்தகையது என்று சாஸ்திரரீதியாகப் பகுத்தறிய வல்லவர், மேற்கூறியவாறு அவ்வௌஷதங்களை உபயோகிக்க மனமொப்பாரென்பது எனது கொள்கை.

நமது நாட்டில் பிராம்மணர்களால் ஆசரிக்கப்பட்டுவரும் (1) விடியற்கால ஸ்நாநம், லிங்க ஸ்நாநம், (2) ஏகாதசிகளில், அவற்றிலும் விசேஷமாக வைகுண்ட ஏகாதசியில் உபவாஸம், (3) ஆஹாரங்களில் உப்பு சேர்க்காமல் சாப்பிடும் யோகிகளின் கொள்கை இது முதலியவற்றின் கருத்துகளை அறிந்து, வைத்தியர்கள் சிகித்சை செய்ய முயல்வது உசிதமாம். மேற்கண்ட மூன்று விஷயங்களே வைத்திய சாஸ்திரத்திற்கு முக்கியமான மூன்று திறவுகோல்களாகும். வைத்தியர்கள் பொதுவில் ஜனங்களுடைய நன்மையைக் கோரி அத்தொழிலிற் பிரவ்ருத்திப்பாராயின், இப்புதிய சிகித்ஸா முறையின்படி வியாதிகளைப் பற்றற நீக்குதல், அவற்றை வராமல் தடுத்தல் என்னும் இவ்விருவித காரியங்களை மனதாறச் செய்ய வேண்டும்.

“ஔஷதம் ஜாஹ்நவீதோயம்” என்றும் “லங்கநம் பரமௌஷதம்” என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கும் வாக்கியங்களை வெகு முக்கியமானப் பிரமாணமாக்கொண்டு, ஸ்நாநம், ஆஹார நியமம் இவ்விரண்டாலும் மலபந்தம், குஷ்டம், க்ஷயம், மதுமேஹம் முதலான எல்லா வியாதிகளையும் அடியோடு ஒழித்துவிடக்கூடியது இப்புதிய சிகித்ஸா முறையே; இம்முறைதான் “யோகிகளின் காயசுத்தி வைத்தியம்” என்று நான் நமது வைத்திய நேயர்களுக்கு அறிவிக்கின்றேன்.

இவ்விஷயங்களிலுள்ள உண்மையை பிரத்யக்ஷமாய் ஜனங்களுக்கு அறிவித்து அவர்களுக்குக் கூடிய ஸஹாயம் செய்ய நான் விரும்புகிறேன். இந்த சிகித்ஸாமுறையைக் கொண்டு சிகித்சை செய்யப்பட்டவர், பிறகு எப்பொழுதும் இம்முறையிலேயே பேரவா கொள்வார்களென்பது என்து துணிபு.

---

## TREATMENT OF COLITIS.

### குடல் வீக்கத்திற்கு சிகித்சை.

By
Dr. V. G. DESAI, M. B.,
*Physician & Surgeon.*

1. ஒரு V. என்று பெயருள்ள கிருஸ்தவர் என்னிடம் ஒரு ரோகத்தின் சிகித்சைக்காக வந்தார். அவருக்கு வயது 57. பென்ஷன் பெற்று ஜீவிப்பவர். அவருக்கு பம்பாய் வாஸபூமி. இளகலாய் தினந்தோறும் பேதியாவதாகச் சொன்னார். 1910-ம் ௵ மே௴ 27௳ அவர் என்னிடம் வந்தார்.

அவர் சென்ற 6-வருஷ காலமாய் இந்த நோயுடன் அவஸ்தைப்பட்டு வருவதாகவும், மாரிகாலந்தோறும் இந்நோய் விசேஷமாக அதிகரித்து, அது முதல் மூன்றுமாதம் வரையில் அவ்வியாதி, மிகவும் வருந்தச் செய்யுமென்றும் சொன்னார். அவர் உடம்பிலிருந்த மாம்ஸம் மிக அதிகமாய் அழிந்து விட்டது.

1908-இல் வயிற்றில் ஒருவித ஸங்கடமுமில்லாமல் அவருக்கு இரத்தம் இரத்தமாய் பேதி

மாய், அது தானாகவே சில நாட்களில் குணமாய் விட்டது. அவருக்கு க்ஷயரோகமும் இருந்தது.

அவருடைய தகப்பனார் அதிஸார ரோகத்தினாலும், ஸஹோதரி வயிற்றிலுண்டான ஒருவித விக்ரதியினாலும் (Cancer) இறந்து விட்டார்கள்.

அவரைப் பார்த்தால் மிகவும் துன்பப்பட்டவராகத் தோன்றிற்று; உடம்பு மிகவும் இளைத்துப் போய் எலும்பும் தோலுமாயிருந்தது; தேஹத்தின் நிறம் ஒருவாறு அழுக்கடைந்து வெளிறிப் போயிருந்தது; சர்மம் வறட்சியுற்று மிகச் சுருக்கங் கொண்டிருந்தது; உடலில் கொழுப்பென்பதே கிடையாது; கையில் நாடியானது சிறிது கடினமாய் அடித்துக்கொண்டிருந்தது; மூச்சு விடுவது மாத்திரம் எவ்வித கெட்ட நிலைமையையும் அடையவில்லை; வாய் ஒட்டிக்கொள்ளக்கூடிய பிசு பிசுப்புள்ளதாகவும், ஒருவித துர்நாற்றத்துடன் கூடியதாகவும் இருந்தது; ஆனால் நாக்கு தோஷமற்றதாய் காணப்பட்டது.

வயிறு தோணியைப்போல் ஒப்பியிருந்தது; க்ருத் (கல்லீரல்), ப்லீஹம் (மண்ணீரல்) இரண்டும் தகுந்த ஆரோக்கிய நிலைமையிலிருந்தன. பெருகுடலின் ஆரம்ப பாகத்திலுள்ள நாங்கூழ் (Cœcum) என்னும் அவயவமானது பிண்டம்போல் திரண்டிருந்ததாகத் தெரியவந்தது. மலாசயமெனப்படும் பெருகுடலின் பாகமானது (Colon) அதன் இயற்கை யளவைவிட மூன்று மடங்கு அதிகமாய் வீங்கிப்போயிற்று. குதத்வாரத்திற்கு அடியில் அதன் உட்புறத்து ஜவ்வானது கைக்கு மிக மிருதுவாகத் தென்பட்டது; ஆனால் சிறிது முடித்துக் கட்டினது போல் காணப்பட்டது. குதத்வாரத்தில், இன்னும் சிறிது மேற்புறத்தில் சிறிது வீக்கமும், ஜவ்வின்மேல் பொரி பொரியான சிறிய கொப்புளங்களும் இருந்தன. மத்தியான வேளைகளில் ஒருவித வயிற்று வேதனையுமில்லாமல் 4-தடவை காலப்ரவ்ருத்தி ஆய்க் கொண்டிருந்தது; மலம் சிறிது குழம்பியும், துர்நாற்றமுள்ளதாகவும், சீழ் இரத்தம் கலந்ததாகவும் காணப்பட்டது. மூத்திரம் சரியானநிலைமையில் இறங்கிக் கொண்டிருந்தது.

அப்பிணியாளிக்கு வேண்டியவளவு உத்ஸாஹமிருந்தது; ஆனால் தசைநார்களெல்லாம் வெகு பலயீனமாயிருந்ததால் ஒரு வேலையும் செய்யக்கூடவில்லை யென்று அவர் முறையிட்டார்.

சிகித்ஸை:—குடசப்பாலை வேரின் மேல் தோலைச் சிதைத்து, அத்தோலைப் புளித்தமோரில் அரைத்துக் கலக்கி, சுமார் ½-ஆழாக்கு அளவு 4-மணிக்கு ஒரு முறை உபயோகிக்கச் சொன்னேன். பிறகு பெப்டோன் சேர்த்த பால், மோர், தயிர், மாம்ஸரஸம் இவைகளையும், நன்றாகப் பக்குவம் செய்த கோதுமை அன்னத்தில் சிறிதளவும் உணவாகக் கொள்ளச் சொன்னேன். வயிற்றின்மேல் ஒரு கச்சுப்பட்டையைக் கட்டிக்கொண்டிருப்பதுடன், ஒரு வேலையும் செய்யாமல் ஸுகமாய் ஓய்வெடுத்துக் கொள்ளும்படியும் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டது.

1912-௵ ஆகஸ்டு மீ ஆரோக்கிய திடகாத்திரமுள்ள ஒரு வயது முதிர்ந்த கனவான் நன்றாக நிமிர்ந்து நடந்துகொண்டு என்னுடைய ஆபீசுக்கு வந்தார். முன் கூறப்பட்ட மிஸ்டர் V. என்பவரைப்போல் அவ்வளவு கிழத்தனம் இவருக்குக் காணப்படவில்லை; இவரை இன்னாரென்று சீக்கிரம் நான் தெரிந்து கொள்ளவில்லை. ஆனால் அவர் யாரென்றால், மிஸ்டர் V- என்பவர்தான். அவருடைய நாடியானது ஆரோக்கிய நிலைமையை நன்கு அறிவிக்கக்கூடிய தாயிருந்தது. அவருடைய உடம்பில் அப்பொழுது மாம்ஸம் 18-பவுண்டு அதிகமாய் விருத்தியாயிருந்தது.

2. பிறகு ஒரு ஸமயத்தில் ரெவரண்டு H. என்கிற ஒருபாதிரி என்னிடம் வைத்தியத்திற்காக வந்தார். அவருக்கு வயது 54. கலியாணம் கிடையாது. அவர் சுமார் 20-வருஷகாலமாய் பம்பாயில் வாஸம் செய்து வந்தார்.

அவருக்கு இரத்தம் கலந்து பேதியாய்க்

கொண்டிருந்தது. இப்பிணியானது 2-வருஷ காலமாய் தொடர்ந்து வந்தது; ஆனால் இவ்வியாதி அப்போதைக்கப்போது விசேஷமாய் அதிகரித்தும், மாம்ஸம் உலர்ந்தும் போய்க் கொண்டிருந்தது. அதற்குமுன் அவர் நன்கு ஸௌக்கியமாகவே இருந்தார். காலப்ரவ்ருத்தி முதலியது முன்னால் வெகு சரியாகவே ஆய் வந்தது. அவருடைய முகம் மிக வெளுத்துமிருந்தது; ஆனால் முகம் அவ்வளவு இளைத்திருந்ததாகக் காணப்படவில்லை; என்றாலும் மிகக் கவலையினால் வருந்துவதாகத் தோன்றிற்று. சர்மம் அதிகமாய் வறண்டும் சுருங்கியும் கிடந்தது; கொழுப்பு மாத்திரம் அடியோடு உலர்ந்துவிட வில்லை. கையில் நாடியானது தடித்து அடித்துக் கொண்டிருந்தது. நாக்குசுரசுரப்பாய் உலர்ந்திருந்ததுடன், அதில் ஒருவிதமான அழுக்கும் படிந்திருந்தது. மத்தியான்ன வேளைகளில் இரத்தமும் சீழும் கலந்து மலம் தினந்தோறும் 4-தடவை வெளியாகும்; அப்பொழுது வயிற்றில் அதிக வேதனையுண்டாகும்; மலத்துடன் கபமும் சிறிது வரும். பூதக்கண்ணாடியின் மூலமாய் பரீக்ஷிக்கையில் ஸூக்ஷ்ம கிருமிகளின் ஸம்பந்தத்தினால் இவ்வியாதி உண்டானதாய் அறியப்பட்டது. பரிசித்துப் பார்க்கையில் பெருகுடலின் ஆரம்பபாகம் முதல், மேல் நோக்கிய பாகமெல்லாம் வெகு மிருதுவாகவும், புண்பட்டதாகவும் இருப்பதாகத் தெரியவந்தது; இயற்கையளவைவிட அது இரு மடங்கு அதிகமாய் பருத்திருந்தது. குதத்வாரத்தினால் பார்க்கையில் மிருதுவான மேற்புரங்களுடன் கூடிய விரணங்கள் சில காணப்பட்டன. மூத்திரம் ஒருவித கோளாறையும் அடையவில்லை. அவர் தன்னுடைய தினப்படி வேலைகளைச் செய்து வந்தார்; ஆனால் தனக்குண்டாயிருக்கும் வியாதியைப் பற்றி மிகக் கவலையுள்ளவராகக் காணப்பட்டார்.

சிகித்ஸை:—இபிகாக் கலவை சூர்ணம் 20-க்ரைன், காடிக்காரம் 1-க்ரைன், அபினிச்சத்து $\frac{1}{8}$-க்ரைன் இவைகளைச்சேர்த்து உட்கொள்ளும்படி செய்தேன். குதத்வாரத்தினால் இளஞ்சூடான போரிக் திராவகம் (Boric lotion) போட்டு குடலிற்செலுத்தி கழுவிவரும்படியும் செய்தேன். பால், டீ, மாம்ஸஸாரம், சிறிது மாம்ஸம் இவ்வுணவுகளை உட்கொள்ளச் சொன்னேன். பிறகு பதினைந்து நாள் கழித்து 'குவேடர்' என்கிற ஊருக்கு அனுப்பப்பட்டார்.

இவ்விரண்டு கேஸுகளில் நெ.1.கேஸானது சீதக்கட்டினால் ஏற்பட்ட புராணமான குடல் வீக்கமாகும்; நெ. 2. கேஸ் விரணத்துடன் கூடிய நாள்பட்ட குடல்வீக்கம். கோளாறடைந்த குடலின் உட்புறத்திலுண்டான ரோக நிதானங்களுக்கு ஏற்றவாறு இவ்விரண்டு கேஸுகளிலும் சிகித்ஸையும் வித்தியாஸப்படுகிறது. ஆகவே ஸூக்ஷ்மகிருமிகளின் ஸம்பந்தத்திலுண்டான புண்களுடன் கூடிய குடல் வீக்கத்தில் காடிக்காரம், இபிகாக் இவ்விரண்டும் உபயோகிக்கப்பட்டது; ஸாதாரண சீதக்கட்டினால் ஏற்பட்ட கேஸில், குடசப்பாலையின் வேர்ப்பட்டையைப் புளித்த மோருடன் கொடுக்க வேண்டியிருந்தது. நூற்றுக் கணக்கான வியாதிகளை நான் இதே மாதிரியான சிகித்ஸா முறையினால் ஸௌக்கியப் படுத்தியதுண்டு; மேற்கூறிய இரண்டு கேஸுகளும் அவற்றிற்கு உதாரணமாகக் காட்டப்பட்டன.

குடசப்பாலையானது அபிஷியல் (Official) சரக்காக* இல்லாமலிருப்பது விஸனிக்கத்தக்கது. அபிஷியல் சரக்குகளில் எதுவும் இவ்வித குடல் வீக்கங்களில் தகுந்த குணந்தருவதாயில்லை. இந்த ஔஷதமானது நூற்றுக்கணக்கான இவ்வித வியாதியில் எனக்கு நற்பயனை உண்டாக்கிற்று.

---

* இங்கிலாந்து, எடின்பரோ, அயர்லாந்து இம்மூன்றிடங்களிலும் 'ராயல் காலேஜஸ் ஆப் ஸர்ஜன்ஸ்' (Royal College of Surgeons) என்று மூன்று பெரிய வைத்தியகலாசாலைகள் உண்டு. அக்கலாசாலைகளின் அதிகாரிகளால் வியாபாரஸ்த்தலங்களில் தயார் செய்யக்கூடியதாக அல்லது விற்கக்கூடியதாக அங்கீகரிக்கப்பட்டுள்ள ஔஷதங்களும் ஔஷதச் சரக்குகளும் அபிஷியல் என்றும், மற்றவை நான் அபிஷியல் என்றும் விவஹரிக்கப்படும்.

# FASTING AND COMMON DISEASES.

## உபவாஸமும் ஸாதாரணநோய்களும்.*

BY

Dr. HEREWARD CARRINGTON.

உபவாஸம் எப்பொழுது குணந்தரத் தக்
கது ? அது எப்பொழுதும் தீங்குண்டாக்கா
தான சிறந்த சிகித்ஸையாகக் கொள்ளக்கூடி
யதா ? ஸ்தூல சரீரமுள்ளவனும், மெலிந்த
சரீரமுள்ளவனும் உபவாஸத்தினால் ஒரே வித
மான பிரயோஜனத்தை அடைய முடியுமா?
உபவாஸத்திற்குத் தகுந்தது கோடைகாலமா?
அல்லது மாரிகாலமா ?, கர்ப்பிணிகளுக்கும்,
வயோதிகர்களுக்கும், சிறிய பிள்ளைகளுக்கும்,
இளங்குழந்தைகளுக்கும் உபவாஸம் ஏற்குமா?
அடிக்கடி அநேகம் பெயரால் கேட்கப்பட்டு
வரும் இவ்விஷயமான பிரச்னைகளில் மேற்
குறித்தவையும் அடங்கியவையாம். இலங்கனம்
(உபவாஸம்) அனுஷ்டிப்பவன் செய்யவேண்டிய
காரியங்களென்ன? அவற்றைச் செய்வதெப்
படி? என்னும் இவ்விஷயங்களை ஒவ்வொருவ
னும் தெரிந்துகொள்வது அவசியம்.

மேதோரோகமென்கிற ஸ்தூலவியாதிக்கு உப
வாஸம்:—கொழுப்புள்ள வஸ்துக்களை மித
மிஞ்சி உட்கொள்வதால், இரத்தக் குழாய்க
ளில் ஓடும் இரத்தத்துடன் அக்கொழுப்புகள்
கலந்து, பிறகு பந்தநதசைகளிலும்(Connec-
tive tissues),ஜாலங்களின் இடைகளிலும் (In-
ter cellular spaces) போய் தங்கியிருக்கின்
றன என்பதை பலர் அறிந்திருக்கலாம். ஒரு
வன் வெகுநாள் இலங்கனமிருந்து வந்தால், அப்
பொழுது சரீரதாதுக்களெல்லாம் உணவின்
மையினால் அடியோடு க்ஷீணித்துப்போவதால்,
அவனுடலில் இறந்துபோகும் ஸமயத்தில்
எலும்பும் தோலும் தவிர வேறொன்றும் மிகு
திராதென்பது நாம் சொல்லாமலே விளங்
கும், ஆகையினால் ஸ்தூலதேஹிகளுக்கு உப
வாஸம் தகுந்த பரிஹாரமே. டாக்டர் டேவி
என்பவர் ஒருவாறு கணக்குப்போட்டு இவ்
விஷயத்தில் ஒரு குறிப்பு எழுதியிருக்கிறார்.
அதாவது உணவு இல்லாமல் எவ்வளவு காலம்
நீ வருத்தத்தை யுணராமல் ஜீவித்திருக்கக்கூ
டும்? எவ்வளவு நிறை உனது உடம்பில் குறைய
வேண்டுமென்று நீ விரும்புகிறாய்? ஒரு தினத்
திற்கு ஒரு பவுண்டு வீதம் நிறை குறைந்து
வந்தால் சரீரம் அடியோடு இளைக்க சிலகாலம்
செல்லும். ஸ்தூலதேஹிகள், தமது சரீரத்தில்
தினந்தோறும் இரண்டு பவுண்டு அல்லது
அதற்கும் சிறிது அதிக அளவில் நிறையா
னது குறைந்து வருவதாகத் தெரிந்தால் அப்
பொழுது தமது தேஹம் வேண்டியவளவு
இளைப்பதற்கு இவ்வளவு காலம் வேண்டுமெ
ன்று எளிதில் அறியக்கூடும்.

"அதெல்லாம் சரியே. உபவாஸமிருந்து
வருகையில் இடையில் எனக்கு நேரிடக்கூ
டிய நிலைமை யாது ? அவ்வளவு நீண்டகாலம்
இலங்கனம் செய்வதால் தீங்குண்டாகாமலி
ருக்குமா? நான் ஒரு வேலையும் செய்ய முடியா
மல் எவ்வளவோ பலயீனமாய்விடமாட்டேனா?
இறுதியில் இலங்கனத்தினால் உயிரிழக்கும்
நிலைமை எனக்கு நேரிடாதா? உபவாஸம் இரு
ப்பதனால்நான் சிறிதேனும்பயன் பெறுவேனா?
இல்லையேல், நான் இளைத்துப் போய் இறந்து
போவதைவிட, கொழுத்து ஜீவித்திருப்பதே
நலமல்லவா ? "இறந்த சிங்கத்தைவிட உயிருட
னிருக்கும் நாயே மேலாகும்" என்கிற பழ
மொழி ஒப்புக்கொள்ளக்கூடியதெனக் கருது
கிறேன்." என்று ஒருவன் கேட்கிறான். இதற்
கெல்லாம் ஒரே உத்தரமுண்டு. யுக்தா யுக்தங்
களை தமது நிலைமைக்குத் தகுந்தவாறு யோ
சித்து உபவாஸமிருந்து, அதனாலுண்டான
ஸுகத்தைப் பகுத்தறிய வல்லவர் இவ்வாறு
பொருளற்ற ஆக்ஷேபங்களைச் செய்யார்கள்.
கொழுப்பாவது மாம்ஸமாவது எலும்புகளின்
மேல் ஒட்டிக்கொண்டிருக்கும் வரையில் இவ்
வுலகத்தை விட்டுப் பிரிந்துவிடுவோமென்று
சிறிதும் பயப்படவேண்டிய அவசியமில்லை,
மூளையும் நரம்பு மண்டலங்களும் சரீரத்தி

* இந்த வியாஸம் 'ஹெல்த் அண்ட் ஹாபிநெஸ்'
என்கிற வைத்திய பத்திரிகையிலிருந்து மொழி
பெயர்க்கப்பட்டது.

லடங்கிய மற்ற தாதுக்களின் அம்சங்களைக் கொண்டு தம்மைப் போஷித்துக் கொள்வதற்குத் தகுந்த சக்தியுடையவைகளா யிருக்கும்படி கடவுளால் அவ்வளவு ஆச்சரியகரமாகப் படைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. சரீரத்தில் மற்றொரு தாதுவாக பரிணமமாகக் கூடிய வளவு மாம்ஸதாது இருக்கிற வரையில், அந்த மாம்ஸத்தின் அம்சங்களையே முதலில் நரம்பு மண்டலமும் மூளையும் தமக்கு உணவாகக் கிரஹித்து உபயோகித்துக் கொள்ளுமியல்புடையன. செத்துப் போகும் வரையில் பட்டினி கிடந்தாலும், அந்த ஸமயத்தில் கூட மூளை தனது பாரத்தில் சிறிது அம்சத்தையும் இழப்பதில்லை. பட்டினி கிடந்து உயிர் நீங்கும் ஸமயத்தில் சரீர தாதுக்களைப் பரிசோதித்துப் பார்த்தால் அடியில் வரும் அளவுப்படி அந்த தாதுக்கள் க்ஷீணித்திருக்கக் காணலாம்:—

கொழுப்பு, அதன் அம்சத்தில் 100-க்கு 97 பாகம் குறைந்திருக்கும்; ப்லீஹம் என்கிற மண்ணீரல் (Spleen) 100-க்கு 63 பாகம் குறைந்திருக்கும்; யக்ருத் என்கிற கல்லீரல் (Liver) 56 பாகமும், தசை நார்கள் 30 பாகமும் க்ஷீணித்திருக்கும்; மூளையும் நரம்பு மண்டலமும் க்ஷீணித்த பாகம் 0 தான், அதாவது அவை சிறிதும் க்ஷயிக்கிறதில்லை. ஆகவே நாம் இவ்விஷயத்தில் இப்பொழுது ஸந்தேஹமற தத்துவம் அறிந்துகொள்ளலாம். சரீரம், உயிருடன் இருப்பதற்கு உபவாஸ காலத்தில் தனதிடமுள்ள தாதுக்களை அததற்குள்ள பிரயோஜனப்படி விலோம விகிதமாக ஆக்கிரமித்து உபயோகித்துக்கொண்டு உயிரைக் காக்குஞ் சக்தியை இயற்கையிலேயே பெற்றிருக்கின்றது. சரீர தாதுக்களில் எதெதற்கு எவ்வளவு அருமையான குணம் ஏற்பட்டிருக்கிறதோ, அவ்வளவு குறைத்தலாகவும் நிதானமாகவும் அதற்குச் சிதைவும் உண்டாகும். சரீரத்தினுள் ஸத்தில்லாத அநேகம் வஸ்துக்கள் சேர்ந்து திணிக்கப்பட்டிருந்தால், ஒரு உபவாஸ மிருக்கையில் அவ்வித ஸத்தில்லாத பொருட்கள் அழிந்து விடும்; ஆகவே ஒரு முறை உபவாஸம் அப்போதைக்கப்போது இருந்து வருவது சரீரத்தைச் சுத்தமாகவும் ஆரோக்கியமாகவும் வைத்துக்கொள்ள மிகவும் இன்றியமையாதது; அவ்வித ஸாரமில்லாத வஸ்துக்கள் அழியும் வரையில் சரீரத்திற்கு உபயோகமான ஸாரமுள்ள மற்ற எந்த தாதுவுக்கும் சிறிதும் பழுதுண்டாகாதென்பதை எப்பொழுதும் மனதில் வைத்திருக்க வேண்டும். சரீரத்தில் பலஹீன முண்டாவதானது, சில வியாதிகளையுண்டாக்கக் கூடிய விஷப்பொருட்களின் சேர்க்கையினாலேயே யன்றி உணவின்மையினாலன்று. ஆஹாரம் வெகு சிறிய அளவாக உபயோகிக்கப்படுவதால் தேஹம் இளைத்துப் போவதில்லை; ஆனால், வியாதியானது சரீரத்தில் விஷப் பொருட்களை விருத்தி செய்து அதனால் உடலைப் பாழாக்குகின்றது. இந்த விஷங்களை அப்புறப்படுத்தினால் வியாதியும் போய் விடுகிறது. பிணியாளியும் சுகமடைந்து இயற்கையான நிலைமையைப் பெறுகிறான். சரியாக எல்லா விஷயங்களையும் இவ்வாறு ஆலோசித்து உணர்ந்தோமானால், விஷயம் அரிச்சுவடியைப்போல் இவ்வளவு எளிதாகவும் அறியக் கூடியதா வெனத் தோற்றும்.

ஆகையினால் இலங்கனமானது ஸ்தூல தேஹிகளுக்குச்சிறிதும் துன்பமளிக்காததும், வெகு எளிதில் அனுஷ்டிக்கக்கூடியதும், செலவில்லாததும், விவேகிகளால் ஒப்புக்கொள்ளக் கூடியதுமான சிறந்த சிகித்ஸை என்பதில் ஸந்தேஹமில்லை. உபவாஸத்தினால் ஆரம்பத்தில் சில நாள் வரையில் சரீரம் கஷ்டப்படுவதாகவே தோற்றும்; பிறகு சுபாவமான பசியானது சிறுகச் சிறுகக் குறைந்து, உபவாஸம் செய்து முடியும் வரையில் வருத்தமே தெரியாமற் போய்விடும். சில ரோகிகள் அடுத்து மூன்று நாள் பட்டினியிருந்தால், சுகம் பெறுவதற்கு அதுவே போதுமானதாயிருக்கும்; நான்காம் நாள் தானே இயற்கையில் ஆரோக்கியத்தைக் குறிப்பதான பசியுண்டாகும். சிலருக்குத் தம் வியாதி முற்றிலும் நிவ்ருத்தியாக ஐந்து வார

...ழும் உபவாஸம் இருக்க வேண்டி வரும்; அந்த ஐந்து வாரமும் ஒரு கஷ்டமின்றியே உபவாஸமிருந்து, அவ்வித சிகித்ஸாமுறையை நிறைவேற்றிக்கொள்ளலாம்; அப்பால் இயற்கையான பசியுமுண்டாய், ஆரோக்கியக் கூறும் காணப்படும்; நாடி நடையும், தேஹோஷ்ணமும் சுபாவ நிலைமைக்கு வந்து விடும்; நாக்கு சுத்தமாகும்; இனிமையாக ச்வாஸம் விடப்படும்; இந்த நிலைமையில் ஆஹாரம் உட்கொள்ளவேண்டும்; இப்பொழுது உணவின்றியிருந்தால் அது தான் பட்டினி கிடப்பதால் நேரிடும் துன்பத்தை விளைவிக்கக் கூடியது. அவ்விதம் பட்டினி கிடப்பதானது வைத்திய சாஸ்திர முறைப்படி உபவாஸமிருப்பதினும் வேறுபாடடைகிறது; இதைக் கவனிக்காமல் உபவாஸமிருப்பவருக்கு ஒன்று போய் மற்றொரு விகாரம் உண்டாகும். பிணியாளிகள் இவ்விஷயங்களில் குழப்பங் கொள்ளாமலிருக்குமாறு அவர்களுக்கு இவ்விஷயத்தில் வைத்தியர்கள் பகுத்தறிவை யுண்டுபண்ணவேண்டும்.

சரீரத்திற்குள் கொழுப்பு அதிகமாய்ச் சேர்ந்து விட்டால் அதைக் குறைக்க மூன்று விதமான உபவாஸம் உண்டு. (1) சுத்த உபவாஸம், (2) ஒருவேளை அல்லது இரண்டு வேளை ஆஹாரத்தை விலக்கிவிட்டு ஒரே வேளை உண்பது, (3) மிகவும் குறைந்த அளவில் உணவெடுத்துக் கொள்ளல்; இவ்வழிகளில் ஏதேனும் ஒன்றை அநுஸரித்து வந்தால் அதிகமாகச் சேர்ந்திருக்கும் கொழுப்பு குறைந்துபோய் உடம்புக்குத் தீங்கில்லாமலும் சுகமாகவும் இருக்கும்.

மெலிந்த தேஹமுள்ளவர்களுக்கு உபவாஸம்:—ஒருவன் ஸ்தூலமாயிராமல் மெல்லிய தேஹமுடையவனாயிருந்தால் அவன் என்ன செய்வான்? அவனுக்கு உபவாஸம் ஏற்குமா? அதனால் எவ்விதமான தீங்கும் நேரிடாதா? அவ்வித நிலைமையில் உபவாஸம் பிராணாபாயத்தை விளைவிக்கக் கூடியதென்று வைத்தியரில் பெரும் பான்மையோரும் கூறுவரென்பது நிச்சயம்; ஏற்கனவே மெல்லிய தேஹமுள்ளவருடைய தாதுக்கள் போஷணையின்றி யிருக்கையில், அவர்கள் உபவாஸமிருந்தால் இன்னும் தாதுக்கள் அழிந்து மனிதனுக்கே மோசம் நேரிடுமென்பது பொதுவாய் வைத்தியர்களுடைய கொள்கை. மிகவும் சிறிய அளவாக ஆஹாரத்தை யெடுத்துக் கொள்வதால் சிலருக்கு ஒருகால் மெலிவு ஏற்படலாமென்பது வாஸ்தவமே; ஆனால் பெரும்பான்மையான கேஸுகளைப் பார்த்தால் உண்மையில் தத்துவம் அதுவல்ல; உட்கொள்ளப்படும் உணவு தகுந்தவாறு ஜீர்ணமாகாமல், தாதுக்கள் போஷணையின்றி அதனால் சரீரம் மெலிவடைவதே வாஸ்தவமான விஷயம். ஆகையினால், சரீரம் புஷ்டியாக வேண்டுமானால், சிறந்த உணவுகளை உண்பதுடன், உண்ணப்படும் ஆஹாரம் நன்கு ஜீர்ணமாகும்படியான சக்தியை உண்டாக்க வேண்டும்; இதற்காகக் குடல் முதலிய ஜீர்ணக் கருவிகளை ஆரோக்கிய நிலைமையில் வைத்திருக்க வேண்டும். உபவாஸமிருப்பதால் சரீரத்திலுள்ள உபயோகமில்லாத பொருள்கள் தஹிக்கப்பட்டு சரீரம் சுத்தமாவதுமல்லாமல், ஜீர்ணக் கருவி முதலிய அவயவங்கள் வேலையில்லாமல் அமைதியா யிருந்து, பிறகு கிரமமாக இயற்கையான சக்தியைப் பெற்று, உண்ணப்படும் உணவுகளைத் தகுந்தவாறு ஜீர்ணம் செய்து கொள்ளக்கூடிய நிலைமையையும் அடைகின்றது; அப்பொழுது உற்ற ஆஹாரங்களைத் தகுந்த வேளைகளில் உபயோகித்து வந்தால், அவை நன்கு ஜீர்ணமாய் சரீரமும் புஷ்டியடையும். சரீரம் எவ்வளவு சுஷ்கமாயிருந்த போதிலும், ஆஹாரம் நன்கு ஜீர்ணமாவதற்காகக் குடல்களை சுத்தம் செய்து அவை சுகமாய் சிறிது ஓய்ந்திருப்பதற்காக ஒரு உபவாஸமாவது இன்றியமையாதது. இவ்வித உபவாஸங்களுக்குப் பிறகு பாலையாவது பழத்தையாவது சிறிது காலம் உணவாக உபயோகித்து வரவேண்டும்; பழங்களைப் புஜித்து அத்துடன் பாலையும் பருகி வருவது உத்தமம்.

கர்ப்பம் தரிக்கையில் உபவாஸம்:—கர்ப்பிணி

யானவள், தனக்கும், தன் வயிற்றிலுள்ள சிசுவுக்கும் ஆக இரண்டு பேருக்கு வேண்டிய உணவை நாள்தோறும் உட்கொள்ள வேண்டுமென்று நினைத்து, அவ்விதமே மேன்மேலும் அவளுடைய குடலில் மிதமிஞ்சிய உணவு ஒவ்வொரு நாளும் திணிக்கப்பட்டுவருகிறது. உண்மையை யோசிக்கப்போனால், இதெல்லாம் அறிவில்லாத வழக்கமென்றே சொல்லவேண்டும். ஒரு சிசு பிறக்கும்போது ஒன்பது பவுண்டு நிறையிருப்பதாகவே வைத்துக்கொள்வோம்; அது ஒரு மாதத்திற்கு ஒரு பவுண்டு வீதம் விருத்தியாவதாயிருந்தாலும், ஒரு தினத்திற்கு அரை அவுன்ஸுக்கு அதிகமாகச் செழிக்குமென்று சொல்ல முடியாது; அப்படியிருந்தும் அக்குழந்தையின் தாயார், கர்ப்பிணியாயிருக்கும்போது தினம் ஒன்றுக்கு ஒன்று அல்லது இரண்டு பவுண்டு அதிகமான உணவை பலவந்தமாய் ஏற்றுக்கொள்ளும்படி நிர்ப்பந்திக்கப்படுகிறாள். இதனால் என்ன ஸம்பவிக்கிறது? அக்னி மாந்த்யத்தினாலும், குடல் வருத்தத்தினாலும் ஸூதிகாஜ்வரம் (Puerperal Fever) *உண்டாவதுமல்லாமல், மாம்ஸம் முதலிய தாதுக்களெல்லாம் வன்மையிழந்து, கொழுப்பும் மிக்க அதிகரித்து, பிரஸவகாலத்தில் அஸாத்தியமான வலியும் கஷ்டமும் உண்டாகின்றது. அவளுடைய சரீரம் கொழுப்புகள் அதிகம் சேராமல், சுத்தமும் வன்மையுமுள்ள தாதுக்களுடன் கூடியிருந்தால் இவ்விதமான ஸங்கடங்கள் நேரிட வழியில்லை.

ஒரு கர்ப்பிணிக்கு சீதளத்தினால் சிரோபாரமுண்டாயிருப்பது போல் தோற்றினால், அதுவே, மிதமிஞ்சிய உணவினால் தேஹத்தில் விஷப் பொருட்டுகள் சேர்ந்திருப்பதற்கு முக்கியமான அறிகுறியாகும். அவ்வித விஷப் பொருட்களை நீக்கிவிடவேண்டியது அவசியம். அதற்காக ஒரு உபவாஸம் இருந்தால் சரீரம் சுத்தமாகவும் ஆரோக்கியமுள்ளதாகவும் ஆய்விடும்; அவ்விதம் உபவாஸமிருந்தால் சரீர நிறை சிறிது குறைந்து விடுமென்றாலும், உபவாஸத்தினால் உள்ளடங்கிய தோஷங்கள் கழிக்கப்பட்டு சரீரதாதுக்களெல்லாம் மிகவும் பரிசுத்தமாவதாலுண்டான இலாபத்தைப் பார்த்தால், அக்குறைவானது சிறிதும் கவனிக்கக் கூடியதாயிராது. இவ்விதம் செய்வதால் சரீரத்தில் இரத்தம் வெகு பரிசுத்தமாகவும் தாராளமாகவும் தாதுக்களில் ஓடி கர்ப்பத்திலுள்ள சிசுவையும் போஷிக்கும்.

அப்படியானால் கர்ப்பிணி நீடித்தகாலம் மற்றவரைப் போல் உபவாஸமிருப்பது உசிதமா என்று ஒருவன் கேட்கலாம்; அவ்விதம் கூடாதென்பதே அக்கேள்விக்குப் பொதுவான மறுமொழியாகும். நீண்டகாலம் உபவாஸம் இருக்கக்கூடிய ஆரோக்கியக்குறைவு நேரிடும் போது பட்டினியாயிருப்பதற்குப் பதிலாகப் பழங்களையே உணவாக சிறிது காலம் உபயோகித்து வருவது நலம். கர்ப்பிணியினுடையவும், கர்ப்பிணியின் வயிற்றிலுள்ள குழந்தையினுடையவும் சரீரத்தைப் போஷிப்பதற்கு வேண்டிய திமுறுகற்பாஷாணம் (Phosphorus), அயம், சுண்ணாம்பு, கந்தகம், பற்பல உப்புகள் முதலானவை கனிவர்க்கங்களிலும் விசேஷமாயுண்டு. கர்ப்பிணிகளுக்கு மலபந்தம் பெரும்பாலும் உண்டாவது இயல்பாதலால், பழங்களை உண்பதால் மலபந்தமும் நீங்கி, குடல் நன்கு மிருதுவாகவும் ஆய்விடும். இதற்குப் பிறகு ஒரு வாரம் வரையில் பாலையே கர்ப்பிணிக்கு உணவாகக் கொடுத்து வந்தால், சிறிது இழந்துபோன சரீர நிறையானது மீண்டும் சரியாய்விடும்; கர்ப்பிணியும் சுகம் பெறுவள்.

வயது முதிர்ந்தவர்களுக்கு உபவாஸம்:—மிகவும் முதிர்ச்சியடைந்தவர்கள் உபவாஸம் இருக்கலாமா? அவர்கள் பலஹீனமாகவும்

* ஏதோ சில காரணங்களால் பிரஸவித்த ஸ்த்ரீக்கு 4-வது தினத்தில் இந்த ஜ்வரம் வருவதுண்டு; இதற்கு முக்கிய காரணம் குடலும், குடலுக்குப் போர்வையான மிருது சர்மமும் (Peritoneum) வீக்கங்கொள்வதே; அவ்விதமாய் வீங்குவதற்கு இந்த அதிக ஆஹாரமும் ஒரு காரணமாகக் கொள்ளப்படுகிறது. இதற்கே சயல்டு பெட்பீபர் (Child-bed Fever) எனப் பெயர்.

பிணியாளியாகவும் இருந்தால் உபவாஸம் அவர்களுக்கு உசிதமா? எவ்வளவு காலம் நீடித்து உபவாஸமிருக்கலாம்? என்று மற்றொரு கேள்வியும் பிறக்கும்.

ஸ்த்ரீகளிலும் புருஷர்களிலும் அளவற்ற பேர் 70-வயதுக்குமேலும் உபவாஸமிருந்து ஸௌக்கியமநுபவித்ததை நான் நன்கறிவேன். டாக்டர் குல்பா என்பவர் 80-வயதுக்கு மேற்பட்ட ஒரு கிழவியை மூன்று நாள் உபவாஸம் இருக்கச் சொல்லியும், பிறகு மூன்று நாள் திரவமான உணவையே சிறிது உபயோகிக்கச் செய்தும், அப்பால் மூன்றுநாள் ஸாதாரண உணவை வெகு சொற்பமாக உட்கொள்ளச் சொல்லியும், அவளுக்கு 50-வருஷகாலமாய் பீர் என்கிற மதுபானத்திலிருந்த அடங்காத அவாவைப் போக்கி, ஆரோக்கிய நிலைமையை அவளுக்கு நிலை நிறுத்தினதாக அவருடைய புஸ்தகத்தால் அறியப்படுகிறது. டாக்டர் டேவி என்பவரும் கிழவர்களுக்கு உபவாஸம் நற்பயன் உண்டாக்குவதாகக் கூறியிருக்கிறார், ஆனால் 60-வயதுக்கு மேற்பட்ட கிழவர்கள் வெகு ஜாக்கிரதையாய் உபவாஸத்தை அநுஷ்டிக்க வேண்டுமென்பது என் கொள்கை. பல வருஷங்களாகச் சரீரம் ஒருவிதமான உணவு முதலியவற்றை உபயோகிக்கும் பழக்கமுடையதாயிருப்பதால், திடீரென்று அதை மாற்றும் பொழுது எதிர்பாராத கெடுதிகள் நேரிடக்கூடும். வியாதியாலும் பலஹீனத்தினாலும் வருந்தும் வயோதிகர்களுக்கு உபவாஸம் ஒருவாறு குணந்தரத்தக்கதென்றாலும், கேவலம் பட்டினிபோடாமல் பழவர்க்கங்களைப் புஜித்துவரச் செய்வதுதான் உசிதமாகும்; ஏராளமாக சுத்தமான தண்ணீரையும் பருகச்செய்வது நலம். இவ்விதம் செய்வதால் கோரின நன்மை யுண்டாகுமென்பதில் ஸந்தேஹமில்லை.

உண்மையில் வயோதிகர்கள் அதிக அளவான ஆஹாரத்தை உட்கொள்ளுகிறார்கள். இங்கிலாந்து தேசத்தில் வயோதிகருக்கு வைத்தியம் செய்வதில் பெயர் பெற்ற வைத்தியரான ஸர் ஹென்ரி தாம்ப்ஸன் என்பவர், இவ்விஷயத்தைப்பற்றிதாம் இயற்றிய நூல்களில் விசதமாக வரைந்திருக்கிறார். வயது ஆகஆக உணவு குறைய வேண்டும்; ஏனெனில், தாதுக்கள் அதன் பிறகு வளர்வதில்லை; தசைகளெல்லாம் சிறுகச்சிறுக சுருக்கங்கொண்டு போஷணைக்கு வேண்டிய வஸ்துக்களைக் கிரஹிக்க வர வர சக்தியற்றவைகளாகும்; ஜீர்ண கோசங்களும் தளர்ந்து போய், உணவுகளைப் பக்குவம் செய்ய முடியாதனவாக ஆய்விடுகின்றன; ஆகவே வயோதிகர்கள் குழந்தைகளைப் போல ஆஹாரத்தை வெகு சிறிய அளவில் அடிக்கடி உட்கொள்ளவேண்டி வருகிறது. கிழவர்களுக்கு வியாதி வந்தால் எப்பொழுதாவது ஒரு நாள் அல்லது இரண்டொருவேளை உபவாஸம் இருந்து, பின்னர் பழங்களையும் பாலையும் உட்கொள்ள வேண்டும்; பழங்களிலிருந்து உப்புவர்க்கங்களும், பாலிலிருந்து போஷணைக்கு வேண்டிய சில வஸ்துக்களும் தாதுக்களில் எளிதாக ஜீர்ணமாய் சரீரத்தைப் போஷித்து வரும்.

சிறுவர்களுக்கு உபவாஸம்:—சிறு பிள்ளைகள் எதை வேண்டுமானாலும் புஜித்து ஜீர்ணமாக்கிக் கொள்வார்களென்று பலர் கூறுவர். இதில் சிறிது வாஸ்தவாம்சமிருந்த போதிலும், அவர்கள் அவ்விதம் ஜீர்ணம் செய்துகொள்வதற்கு வீட்டுக்கு வெளியில் ஓடி விளையாடி வர வேண்டும்; அவ்வாறு விளையாடி வருவதால் தினந்தோறும் மலம் நன்றாகக் கழிந்து பசியும் உத்தீபநமாகும்; ஆகையால் அவர்கள் அதிகமாக அடிக்கடியும் உணவுகளைத் தின்பது நமக்கெல்லாம் ஒருவாறு வியப்பை யுண்டாக்கும், ஆனால், குழந்தைகளுக்கு அவ்வித அதிபோஜனத்தினால் வியாதிகள் வராமலிருப்பதில்லை. பாலர்களுடைய மரணம் எண்ணிக்கையில் மிக அதிகமாயிருப்பது நமக்குத் தெரியாதவிஷயமல்ல. 12-வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகள் ஒவ்வொரு தேசத்திலும் ஆயிரக்கணக்காக மாண்டு போகின்றனர். கர்ப்ப ஸம்பந்தமான வியாதிகள் குழந்தைகளுக்கு அநு

லரித்து வராமலிருந்தால், 12-வயதுக்குட்பட்ட பிள்ளைகள் பெரும்பாலும் திடசரீரிகளாகவே இருப்பார்கள். இவர்களுடைய தேஹாரோக்கியத்திற்கு உணவே முக்கியமானது; ஆனால் குழந்தைகள் சீக்கிரத்தில் பலம் பெற்று வளரவேண்டுமென்று தாய்மார்கள் உணவுகளை வேண்டியிராமலிருந்தும் மேன்மேலும் நிர்ப்பந்தித்து ஊட்டும் ஒரு துர்வழக்கமுண்டு. ஒரு குழந்தை ஒரு வருஷத்திற்கு 12-பவுண்டு நிறை விதம் வளரக் கூடுமென்றால், ஒரு மாதத்திற்கு 1-பவுண்டும், ஒரு தினத்திற்கு ½-அவுன்ஸும் அதிகமாய் வளரலாம். இதற்காக ஒரு தினத்திற்கு ஒரு பவுண்டு ஆஹாரம் உட்கொள்ளச் செய்தால், அச்சிறுவன் பலயீனப்பட்டு, ரோகியாக ஆவதற்குத் தடையென்ன! ஆகவே சிறுவர் ஜ்வரம், பயறம்மை, மார்ச்சளி, குரல்வளைரோகம், கக்கிருமல் முதலான வியாதிகளால்பீடிக்கப்படுகின்றனர். அதிக உணவுகளைக் கொடுத்தே குழந்தைகளுக்கு மிகவும் தீங்கு விளைவிக்கின்றனர் என்பது அநுபவ ஸித்தமான விஷயம்.

சிறுவர்களுக்கு நோய் வந்தால் எளிதில் வியாதியை ஸ்வஸ்தப்படுத்தி விடலாம்; அவர்களுடைய சரீரம் தீங்குகளிடமிருந்து தப்பித்துக் கொள்ளவும், வெகு சீக்கிரத்தில் வளரவும் தகுந்ததாயிருக்கின்றது. அப்படிப்பட்டவர்களுக்கு உணவு அதிகமானதாலுண்டான வியாதியைப் போக்குவதற்கு சிறிது இலங்கனம் போட்டுவைத்தால் பெரும்பாலும் வியாதி தானாகவே குணமாய்விடும்; அத்துடன் கூட வஸ்தியினால் (Enema) குடலைச்சுத்தி செய்து விட்டால் ஆரோக்கிய நிலைமை அபிவிருத்தியாகும். குழந்தைகளுக் குண்டாகும் வியாதிகளெல்லாம் பெரும்பாலும் அளவு மிஞ்சிய உணவினாலேயே உற்பத்தியாவதால், அவர்களை தினத்திற்கு இரண்டொரு வேளை பட்டினியாகப் போடுவதே எவ்விதத்திலும் ஏற்ற பரிஹாரமாகும்.

**இளங் குழந்தைகளுக்கு உபவாஸம்:—**கைக் குழந்தைகளுக்கு வியாதி யுண்டானால், அவற்றிற்கு உபவாஸம் தகுந்த சிகித்ஸையாகுமா? என்று மறுபடியும் இதைப்பற்றி ஒரு கேள்வி யுண்டாகும். குழந்தைகளுக்குப் இது ஏற்குமென்று பல வைத்திய சிரேஷ்டர்களாலும் அங்கீகரிக்கப் பட்டிருக்கின்றது. குழந்தைகளுக்கு ஆஹாரம் ஊட்டாமலிருக்க வேண்டுமானால், சிறிது நுட்பமாக அதை அநுஷ்டிக்க வேண்டும். குழந்தைக்கு நோய் கண்டவுடனே இரண்டுநாள் உபவாஸத்திற்குப் பதிலாக சுத்தமான வெந்நீரைப் போட்டி வரவேண்டும். இடையில் எப்பொழுதாவது அவசியமானால் ஒருவேளை சிறிதளவு பால்போட்டலாம். குழந்தைகளுக்குப் பால்தான் முக்கியமான உணவாயிருக்கிறது. அதுதான் வியாதியையும் அவற்றிற்கு விளைவிக்கின்றது. டாக்டர் பேஜ் என்பவர், தன் குழந்தைக்கு ஒரு தினத்தில் காலையிலிருந்து மாலை நேரம் வரையில் மூன்று வேளைமாத்திரம் பாலூட்டி, இரவில் ஒன்றுமே போட்டாமல் ஆரோக்கிய திடகாத்திரமாக வளர்த்திருக்கிறார். ஒரு நாளைக்கு 8-அல்லது 9-தடவை உணவுகள் ஊட்டப்பெற்ற அநேகம் குழந்தைகள் பற்பல வியாதிகளால் வருந்தியதையும், வருந்துவதையும் நான் பார்த்திருக்கின்றேன். குழந்தைகளைப் பெற்ற ஒவ்வொரு தாய்மாரும், டாக்டர் C. E. பேஜ் என்பவர் இயற்றிய “குழந்தைகளைப்போஷிக்கும்வகை” (How to feed the Baby) என்கிற புஸ்தகத்தைப் படிப்பது மிகவும் அவசியமானது.

**கோடைகாலத்திலும் மாரிகாலத்திலும் உபவாஸம்:—**மாரிகாலத்தைவிட கோடைகாலத்தில் உபவாஸமிருப்பது எளிதென்பது ஸந்தேஹமற்ற விஷயம்; ஏனெனில், உபவாஸத்தினால் வெகு அதிகமான ஜல தோஷம் அநுபவிக்கப்படுவது போன்ற ஓர் உணர்ச்சியுண்டு. ஆனால் இவ்வுணர்ச்சியை வாஸ்தவமான ஜலதோஷத்திற்கு ஸமானமான தன்மையுடையதாகக் கருதக் கூடாது; இந்த நிலைமையில், பிணியாளிகளைப் பரிசோதிக்கக்கூடிய ஒரு உஷ்ணமானியைக் (Clinical Thermometer) கொண்டு இவனுடைய தேஹத்ததைச் சோதித்துப்பார்த்

தால், சுபாவ நிலைமையை விட இப்பொழுது உஷ்ணம் அதிகமாயிருப்பதாகத் தெரியவரும்; ஆனால் ஜலதோஷம் என்னமோ அதிகமாயிருக்கிறது. அது எவ்விதமானாலும் அதிக உஷ்ணகாலமும் அதிக மழைகாலமும் உபவாஸத்திற்கு அனுகூலமானவையல்ல; இவ்விரண்டிற்கும் நடுத்தரமாயுள்ள காலமே இதற்கு ஏற்றதாகும். உபவாஸ மிருப்பதற்கு இரண்டு மூன்று நாள் முன்னதாகவே பழங்களை மட்டும் புஜித்து வயிற்றைச் சுத்தம் செய்து வைத்துக் கொள்ளவேண்டும். 'மாம்ஸத்தை அதிகமாய் உபயோகிப்பவர் சிறிது உபவாஸ மிருக்க மிகவும் சக்தியற்றவர்' என்று டாக்டர் ட்ரால் என்பவர் கூறுகிறார். மாம்ஸத்தை மிதமாக உபயோகிப்பவர் உபவாஸமிருக்க அவ்வளவாய் வருத்தப் படுவதில்லை யென்றும் சொல்லியிருக்கிறார்.

பலிஷ்டர்களுக்கும் பலஹீனர்களுக்கும் உபவாஸம்:—பலஹீனர்களைவிட பலசாலிகள் உபவாஸமிருப்பது ஸுலபமென்று அனைவரும் அங்கீகரிக்கக் கூடுமாயினும், பலஹீனமாயிருப்பவரே உபவாஸத்தினால் ஸுகமடைவர். ஏனெனில், பலஹீனமானது, சரீரத்தினுள் ஏதோ விஷப் பொருட்கள் சேர்ந்திருப்பதாலேயே உண்டாகின்றது. அவ்விஷப் பொருட்களை இலங்கனத்தினால் நீக்கிவிட்டால், பிறகு பலஹீனம் என்பதும் மறைந்துவிடும். மிகவும் பலசாலியான ஒருவனுக்கு ரோகம் உண்டானால், அவன் தக்ஷணமே குழந்தையைப் போல் வெகு துர்ப்பலமாக ஆய்விடுகிறானல்லவா? பலஹீனம் உண்டாவதற்குக் காரணம் இரண்டு தான்; அவற்றுள் தசைநார்கள் விருத்தியாகாமல் மெலிவுறுவது ஒன்று; மற்றொருகாரணம் சரீரத்தில் விஷப்பொருட்கள் சேருவது. தசைநார்கள் வன்மையாக வளர வேண்டுமானால் தேஹப்பயிற்சிதான் முக்கியமாய் வேண்டும்; விஷப்பொருட்களால் உண்டான பலஹீனத்திற்கு, அப்பொருட்களை உபவாஸத்தினால் தஹித்துத்தள்ளுவதே தகுந்தபரிஹாரமாகும். முதலில் இரண்டொரு நாள் பழங்களை உட்கொள்ளலாம், பிறகு இரண்டொருநாள் உபவாஸம் இருக்கலாம். இவ்விதம் செய்து உபவாஸம் முடிந்த பிறகு பழங்களை மீண்டும் உட்கொண்டு வந்து மற்ற உணவுகளை சில நாள் விலக்கியிருந்தால், கூடிய சீக்கிரத்தில் அநேக மைல்கள் நடக்கக்கூடிய சக்தி யுண்டாகுமென்பது நிச்சயம்; ஆகிலும் ஆஹாரத்தினால் தான் வலிவு வருவதாக ஏதோ நினைத்துக் கொண்டிருக்கின்றனர்.

பலவகையான வியாதிகளில் உபவாஸம்:—எந்த வியாதிகளில் எந்த நிலைமைகளில் உபவாஸம் உபயோகமானதாகுமென்றும் கேட்கலாம்; பொதுவாகப் பேசுவோமானால், ஜாக்கிரதையாகவும் பகுத்தறிவுடனும் அனுஷ்டித்தால் எவ்வித வியாதியிலும் உபவாஸம் நன்மை தரக்கூடியதென்றேகூறவேண்டும். உபவாஸத்தினால் ஸ்வஸ்தம் செய்யக்கூடாத வியாதிகள் வெகு சிறுபான்மையன; அவற்றுள் முக்கியமானது க்ஷயரோகம். இந்த ரோகத்தில் இலங்கனத்தினால் இழக்கும் தசைநார்களை மறுபடியும் விருத்தி செய்வது கஷ்டம், ஆனால் இந்த ரோகம் ஒருவனுக்கு உண்டான புதிதில் சிறிது உபவாஸமிருப்பதால், தோஷங்கள் தஹிக்கப்பட்டு அப்புறப்படுத்தப்படலாம். மிதமிஞ்சிய உணவுகளும் விஷப்பொருட்களும் சரீரத்தில் நிரம்பியிருக்கும் பொழுது அவை உபவாஸத்தினாலன்றி வேறு விதமான ஔஷதங்களாலும் ஆஹாரத்தினாலும் சரீரத்திற்குக் கெடுதி செய்யாமலிருக்கு மென்று பகுத்தறிவுடன் ஆராய்ச்சி செய்பவன் எவனும் சொல்லமாட்டான்

வைத்திய கலாநிதி.
ப்ரமாதீச ௵ பங்குனி ௴.

## MALARIA IN MADRAS.

### சென்னையில் விஷமஜ்வரம்.

சென்னையில் சில வருஷங்களாய் மலேரியா என்கிற விஷமஜ்வரம் விசேஷமாகப் பரவிவருவதைக் கண்டு, இந்த ஜ்வரம் உண்டாவதற்கான காரணங்களையும், இதைத் தடுப்பதற்கான வகைகளையும் ஆராய்ச்சி செய்து அறிவிப்பதற்காக சென்னை முனிஸிபாலிடியார் இவ்வியாதியில் விசேஷப் பயிற்சியுள்ள காப்டின். இ. ஸி, ஹாட்ஸன், ஐ. எம். எஸ். அவர்களை ஒரு உத்தியோகஸ்தராக(Special malarial officor) பிரத்தியேகமாய் தற்காலம் ஏற்படுத்தி யிருக்கின்றாரல்லவா? அவ்வுத்தியோகஸ்தர் இது பரவுவதற்கான காரணங்களைக் கண்டறிந்து, இதைத் தடுப்பதற்காகச் செய்ய வேண்டிய முயற்சிகளைப்பற்றி விவரமாக ஒரு குறிப்பு எழுத, அது முனிஸிபாலிடியாரால் சென்னை கவர்ன்மெண்டாருக்கு அனுப்பப் பட்டது. அக்குறிப்பு வெகு விரிவாயிருப்பதால் அதன்மொழிபெயர்ப்பை மற்றொரு ஸமயம் பிரசுரிப்போம்; அதிலடங்கிய ஸாராம்சத்தை மாத்திரம் இப்பொழுது வெளியிடுகிறோம். விஷமஜ்வரத்தைத் தடுப்பதற்கான காரியங்களை நிறைவேற்றுவதற்காக ஸ்பெஷல் மலேரியல் ஆபீஸர் 3,00,000 ரூபாய் செலவாகுமென்று கூறியிருக்கிறார். இக்காரியத்தில் இவ்வளவு செலவிட முனிஸிபாலிடியாரால் முடியாமல், அவ்வுத்தியோகஸ்தருடைய குறிப்பை கவர்ன்மெண்டாருக்கு அனுப்பி, இதற்காகப் பணம் உதவவேண்டுமென்று கேட்டுக்கொண்டதின் பேரில், கவர்ன்மெண்டார் இவ்வருஷத்தில் வரவுசெலவு கணக்கு (Budget) தீர்மானம் செய்யும்போது, இதற்காக 3 லக்ஷம் ரூபாய் எடுத்து வைத்திருக்கிறார்கள். இந்த 3 லக்ஷம் ரூபாயை செலவிடக் கூடிய விவரம் பின்வருமாறு:—

1. இக்காரியத்திற்கு வேண்டிய சிப்பந்திச் செலவுக்காக ரூபாய் 77,000.

2. (a) குளம், குட்டை, கிணறுகள், ஜலம் தங்கக்கூடிய பள்ளங்கள், அல்லது தாழ்ந்த நிலங்கள் இவற்றைத் தூர்ப்பதற்காகவும், (b) வண்ணாரப்பேட்டை, புரசவாக்கம், மைலாப்பூர் இவ்விடங்களிலுள்ள வடிகால்களில் கழிவடைத் தண்ணீர்களை நன்றாகத் தடையின்றி வெளியில் ஓடச் செய்வதற்காகவும் ரூபாய் 1,20,000.

3. மேற்படி காரியங்களை இப்பொழுதே வெகு சீக்கிரத்தில் செய்து முடிப்பது ஸாத்தியமில்லையாகையால், அங்கங்கேயுள்ள குட்டை முதலியவற்றில் மண்ணெண்ணெயைக் கொட்டி ஒருவாறு தற்காலத்திற்கு சுத்தம் செய்யவாவது, அல்லது வேறுவிதமான முறையில் அக்காரியத்தைச் செய்வதற்காவது செலவாகக்கூடிய ரூபாய் 15,000. ஆக இம்மூன்று வகைகளில் செலவாகும் தொகை மொத்தம் 2,12,00 ரூபாய் ஆகிறது.

மிகுந்துள்ள 88,00ரூபாயை செலவிடும் விஷயத்தைப் பற்றிதான் குழப்பமுண்டாயிருக்கிறது. அது தற்காலத்திற்கு அவ்வளவு முக்கியமாகத் தோன்றவில்லையென்று கவர்ன்மெண்டாரும் அபிப்பிராயப்படுவதாகத் தெரிய வருகிறது. அதன் விவரமாவது:—முனிஸிபல் எல்லைக்குள் அநேக விடங்களில் குடித்தனக்காரர்கள் தமது நிலங்களில் நஞ்சைப் பயிர் செய்து வருகிறார்கள். அவ்விதம் பயிரிடுவதால் இத்தொற்று வியாதியானது பட்டணத்தில் பரவக் கூடுமோ வென்று ஸந்தேகமிருந்து வருகிறது. ஆகையால் சில விடங்களில் அவ்விதம் பயிரிடுவதைத் தடுக்க வேண்டி வருமென்கிற உத்தேசமுண்டு. அப்

பொழுது அக்குடித்தனக் காரருக்கு நேரிடும் கஷ்டதிற்கு ஈடு செய்வதற்காக முனிஸிபாலிடியார் தமது கையிலிருந்து ரூபாய் 78,000 செலவு செய்ய யோசித்திருப்பதாக அறிகிறோம். ஆகவே கவர்ன்மெண்டாரிடமிருந்து முனிஸிபாலிடிக்கு இவ்வித செலவுக்காக 2,12,000 ரூபாய்தான் கிடைக்கலாமென்று நினைக்கிறோம். கார்போரேஷன் அதிகாரிகள், தங்கள் மேல் விசாரணையிலுள்ள நஞ்சை நிலங்கள் எல்லாவற்றையுமே இப்பொழுது பயிரிடக்கூடாதென்று சொல்லப்போவதாகத் தெரியவில்லை. அவ்விதம் தடுப்பது முற்றிலும் அஸாத்தியமும் அநாவசியமுமான காரியம். ஜன நெருக்கமில்லாத விடங்களில் நஞ்சைப்பயிர் செய்வதால் ஜனங்களுக்கு ஸௌக்கியக் குறைவு நேரிடுமென்று சொல்லுவதற்கில்லை. ஜனங்கள் அடர்த்தியாயிருக்கும் பிரதேசங்களில் இதனால் வியாதியுண்டாவதிலும் தடையிராது.

விஷமஜ்வரம் முதலிய வியாதிகளைத் தடுத்து ஜனங்களுடைய ஆரோக்கியத்தைக் காப்பதற்காக முனிஸிபாலிடியாரும் கவர்ன்மெண்டாரும் வேண்டிய திரவியங்களைச் செலவிடுவதில் எமக்கும் ஸந்தோஷமே. ஆனால் இப்பொழுது ஸ்பெஷல் மலேரியல் ஆபீஸர் சொல்லியிருக்கிறபடி செய்வதுடன், ஜனங்களுடைய அறிவையும் அபிவிருத்தி செய்வது அவசியமான விஷயமாகும். நமக்குத் தெரிந்த மட்டிலும் இவ்விஷயந்தான் மிக முக்கியமானதாகத் தோற்றுகின்றது. முனிஸிபாலிடியார் நியமித்துள்ள ஸ்பெஷல் மலேரியல் ஆபீஸர், ஸாதாரணமாய் நடுத்தர நிலைமையிலும் கீழ்நிலைமையிலுமுள்ள ஜனங்கள் வஸிக்கும் வீடுகளைப் போய்ப் பார்த்தால், அவ்வீடுகளில் இந்த விஷமஜ்வரம் பரவுவதற்கு வேண்டிய ஸாதநங்கள் எவ்வளவு இருக்கின்றன வெனத் தெரியவரும். வீடுகளில் ஸாதாரண ஜனங்கள் மூலைக்கு மூலை குப்பைகளையும், சாணம் முதலியவற்றையும் சேர்த்து வைக்கின்றனர்; பிராம்மணர்களைத் தவிர்த்துத் தாழ்ந்த நிலைமையிலுள்ள மற்ற ஜாதியாரின் வீடுகளில் சில மூலைகளில் கோழையையும் தாம்பூலம் போட்டுக்கொண்ட எச்சில் முதலிய வற்றையும் துப்பி வைப்பார்கள். அநேகம் வீடுகளில் குழாய்களுக்கும், கிணற்றுக்கும், ஜலதாரைகளுக்கும் அருகில் சிறிய பள்ளங்களில் பழைய தண்ணீர் தேங்கிக்கொண்டிருக்கும். சில மட்பாத்திரங்களில் புளித்துப்போன பழைய கஞ்சி முதலியவற்றை வெகு நாட்களாகவும் கொட்டி வைத்திருப்பார்கள் (மாடு கன்றுகளுக்கு உபயோகிப்பதற்காக இவ்விதம் செய்வார்கள்). இவைகளின் மூலமாய் கொசுக்கள் எவ்வளவோ விருத்தியாகக்கூடும் இதில்லாமல் பெரும்பான்மையான ஜனங்கள் தண்ணீரைத் தகுந்தபடி வடிக்கட்டாமல், அதில் மிக ஸூக்ஷ்மமான விஷக்கிருமிகள் இருக்குமென்பதையும், அதைக் கொதிக்க வைக்கவேண்டுமென்பதையும் அறியாமல் அப்படியே குடித்து வருகின்றனர். அவர்கள் உபயோகிக்கும் பாத்திரங்கள் மிக அசுத்தமாகவும் இருக்கின்றன. மாடு கன்றுகளையும் கட்டி தமது வீடுகளை ஜனங்கள் கொசுக்களுக்கு வாஸபூமியாகச் செய்கின்றனர். சில மூட ஜனங்கள் வீட்டிலுள்ள கக்கூசுகளையும், பொது ஜனங்களுக்கென்று கட்டியுள்ள கக்கூசுகளையும் கவனிக்காமல், தெரிந்தும் தெரியாமலும் வீதி மூலைகளிலுள்ள ஜல தாரைகளை ஜல மல விஸர்க்கங்களுக்கு உபயோகிப்பது யாவருக்கும் தெரிந்த விஷயம். இவ்விதமெல்லாம் செய்வதால் கொசுக்கள் விருத்தியாகுமென்றும், அதனால் வியாதி பரவுமென்றும் இவர்களுக்குத் தெரியாது. தெரிந்திருந்தால் கூடிய மட்டிலும் கீழ்க்கூறிய விஷயங்களில் சிறிது ஜாக்கிரதையாகவே விவேகத்துடன் நடந்து கொள்வார்கள். கீழ்க்கூறிய காரி

ணங்களால்தான் மலேரியா என்கிற விஷமஜ்வரம் விசேஷமாய் வியாபிப்பதாகக் கூறலாம். ஜனங்களுக்கு அறிவைப் புகட்டி விட்டால், முனிஸிபாலிடியாரும் கவர்ன்மெண்டாரும் செய்யவேண்டிய காரியங்களில் பெரும்பான்மையும் ஜனங்களாலேயே நிறைவேற்றப்பட்டு முனிஸிபாலிடியாருக்கும் கவர்ன்மெண்டாருக்குமுள்ள விசேஷ பாரம் ஒருவாறு நீங்கி விடும். ஜனங்களுக்கு அறிவைக் கற்பித்தால், பிறகு ஜனங்களே அவரவருடைய வீடுகளுக்கும் நிலங்களுக்கும் அருகிலுள்ள பள்ளங்களையும் குட்டைகளையும் தூர்ப்பதற்குப் பிரயத்னப்படுவார்கள். ஆரோக்கியத்தின் அருமையும், அதைக் காக்கவேண்டிய முறைகளும் ஜனங்களுக்குத் தெரியாதவரையில், கவர்ன்மெண்டாரும் முனிஸிபாலிடியாரும் வேறு விதமாக எவ்வளவு முயற்சிகள் செய்தபோதிலும் பிரயோஜனப்படுமென்று எமக்குப் புலப்படவில்லை.

ஜனங்களுக்கு இவ்விஷயத்தில் அறிவை உண்டுபண்ணுவதற்கு மூன்று வழிகள் உண்டு. அவையாவன:—

1. சென்னப்பட்டணத்தில் மேல் நாட்டு முறைப்படியும், ஆயுர்வேத-யூனானி முறைப்படியும் வைத்தியம் செய்யும் சிகித்ஸகர்களுக்குக் குறைவில்லை யல்லவா? இவர்களில் தகுந்த அறிவுள்ளவர்களைத் தெரிந்தெடுத்து, அவரவர்கள் வஸிக்கும் இடத்திலும், அதற்கு ஸமீபங்களிலுமுள்ள வீடுகளிலும், வாரம் அல்லது மாதம் ஒரு முறையாவது சென்று, விஷமஜ்வரம் பரவாமலிருப்பதற்கு வேண்டிய வழிகளையும், வீட்டையும், பாத்திரங்களையும், உடம்பையும், உடைகளையும் சுத்தமாக வைத்துக் கொண்டு ஆரோக்கியத்தைக் காப்பாற்றிக் கொள்ளவேண்டிய வகைகளையும் பற்றி விஷயங்களை உணர்த்தும்படி ஏற்பாடுகள் செய்யலாம். அப்படிச் செய்பவருக்கு ஏதேனும் மாதந்தோறும் சிறிது திரவியஸஹாயம் சில நாட்களுக்குச் செய்யலாம்.

2. இவ்வியாதியைப்பற்றி விவரமாக தேசபாஷைகளில் துண்டுப்பத்திரிகைகள் அச்சிட்டு வீடுதோறும் அப்போதைக்கப்போது கொடுத்து வரலாம். அல்லது சிறிய புஸ்தகம் போட்டு வெகு குறைந்த விலைக்கு ஒவ்வொரு வீட்டிலும் கொடுக்கலாம்.

3. பள்ளிக்கூடத்துச் சிறுவர்களுக்கு இவ்விஷயத்தை விவரமாகக் கற்பிக்கலாம். நாட்டு வைத்தியர்கள் இவ்விதமான ஆரோக்கிய மார்க்கங்களை நன்றாக அறியும்படி, அவர்களுக்கு இரண்டொரு கற்றறிந்து யோக்கியதையுள்ள வைத்தியர்களைக்கொண்டு விஷயங்களைப் போதிப்பித்து, பிறகு அவ்வைத்தியர்களுக்குச் சிறிது திரவியஸஹாயமும் செய்து, தாம் போகும் இடங்களிலெல்லாம் ஜனங்களுக்கு ஆரோக்கிய வழிகளை உபதேசிக்கும்படி முயற்சி செய்யலாம்.

---

## THE ANTI-TUBERCULOSIS LEAGUE IN MADRAS.

## சென்னையில் க்ஷயரோகத்தைத் தடுப்பதற்கான ஸங்கம்.

சென்ற மார்ச்சுமாதம் 19-ம் தேதி மாலையில் சிந்தாத்ரிபேட்டையிலுள்ள ஸத்யநாதன் மெமோரியல் ஹாலில் "க்ஷயரோகத்தைத் தடுப்பதற்கான ஸங்கத்தை" ஸ்தாபிப்பதற்காக ஒரு ஸபை கூடிற்று. அந்த ஸபைக்கு ஹானரபுல் டாக்டர் நாயர் அக்கிராஸனம் வஹித்தார். அப்பொழுது வந்திருந்தோர் சொற்பமே. வந்திருந்தவர்களில் பெரும்பான்மையோர் வைத்தியர்களே.

ஸங்கத்தை ஆரம்பிக்கையில், அக்கிராஸநாதிபதியானவர், இவ்வித ஸங்கத்தை ஸ்தாபிப்பதின் உத்தேசத்தையும், க்ஷயரோகத்தைத் தடுப்பதற்கு வேண்டிய ஸாதனங்களை ஏற்படுத்த வேண்டிய விஷயத்தையும் எடுத்துக் கூறினார். "இத்தேசத்தில் ஜன நெருக்கமும் ஏழ்மையும் அதிகமாயிருப்பதால், இத்தகைய வியாதி

யைப் பரிசோதித்துக் கண்டறிவது மிகவும் கஷ்டம். ஆகிலும் க்ஷயரோகத்தினு லுண்டாகும் அபரிமிதமான துன்பங்களையும், அதைத் தடுப்பதற்கேற்ற வகைகளையும் ஜனங்கள் அறிந்து நடக்குமாறு அவர்களுக்கு அறிவூட்டவேண்டும். ஆரம்பத்தில் இக்காரியத்தை ஒருவாறு சிறிய எற்பாட்டைப் போல் செய்ய முயல வேண்டும்; அம்முயற்சியைக் கொண்டு, ஒரு ரோகியை க்ஷயரோகியா வேறு விதமான ரோகியா என்று முதலிற் பரீக்ஷித்தறிய வேண்டும்; இவ்விதம் பரீக்ஷித்து சீக்கிரத்தில் க்ஷயரோகமென்று, நிர்த்தாரணம் செய்ய முடியாது. இந்த ஸங்கத்தார், எவர்கள் உத்ஸாஹத்தோடும், உண்மையான ஊக்கத்தோடும், விசேஷமான அறிவோடும் கூடியவர்களாயிருக்கின்றனரோ, அத்தகைய மனிதரை வேலை செய்ய அபேக்ஷிப்பார்கள். இவ்வழியில் சிலரைப் படிக்கச் செய்வது இச்சங்கத்தாரின் முதற் கடமையாகும்; இவ்வியாதியைத் தடுப்பதற்கேற்ற உபாயங்களை அறிவது இரண்டாவது கடமை; அப்பால் கூடிய மட்டிலும் நமக்கு அருகிலுள்ள ஜனங்களைக் காப்பதற்கு வழி தேடுவது மூன்றாவது கடமை. எவ்விதத்திலாவது இந்த ரோகம் உற்பத்தியாவதற்கான காரணங்களை அறிந்து இது பரவாமலிருப்பதற்கு வேண்டிய முயற்சிகளைச் செய்ய வேண்டுமென்பதே இச்சங்கத்தாரின் முடிவான கொள்கை. இவ்விஷயங்களைப்பற்றி ஜனங்களுக்கு ஆங்கிலத்திலும் தேசபாஷைகளிலும் அறிவூட்டவேண்டும். அவ்வாறு விஷயங்களை யறிந்து இவர்கள் முதலில் சில நன்மைகளைச் செய்ய முன்வந்தால், பிறகு கவர்ன்மெண்டாரிடமிருந்து ஏதேனும் தகுந்த ஸஹாயம் பெறுவதற்கு அவகாச மேற்படும். மேலும் இவ்விஷயத்தை நன்கறிந்தவர்கள் ஆங்காங்கு பிரஸங்கங்கள் செய்ய வேண்டும். இவ்வியாதியினு லுண்டாகும் தீங்குகளை ஸினமொடக்ராப் மூலமாய் வெளியிடுவதும் அவசியம். ஏழை ஜனங்களுக்கு வைத்திய உதவி கிடைக்கவேண்டிய வஸதிகளை ஏற்படுத்த வேண்டும். தகுந்த இடங்களில் பரிசுத்தமான காற்றும் ஜலமும் கிடைக்கக்கூடிய வாஸஸ்தலங்களை இப்பிணியாளிகளுக்காக ஸ்தாபிக்க வேண்டும்."

இந்த ஸங்கத்திற்கு வேண்டிய நிபந்தனைகளையும், மேற்கூறியவாறு காரியங்களைச் செய்வதற்கான நியமங்களையும் ஏற்படுத்தி ஸங்கத்தை நடத்துவதற்காக முடிவில் கூறப்படும் கனவான்களைச் சேர்த்து ஒரு சிறிய கமிட்டி ஏற்படுத்தப்பட்டது:—ஹானரபுல் டாக்டர் நாயர், ஹானரபுல் மிஸ்டர் ராமசந்திரராவ், திவான்பஹதூர் P. இராஜரத்ன முதலியார், டாக்டர் A. லக்ஷ்மீபதி; டாக்டர் U. ராமராவ், டாக்டர் பிலிப்ஸ், டாக்டர் ஜேஸுதாஸ், டாக்டர் N. வெங்கடஸ்வாமி, டாக்டர் வெங்கப்பா, ராவ்ஸாஹிப் V. A. பார்த்தஸாரதி முதலியார், மிஸ்டர் C. P. ராமஸ்வாமி ஐயர், மிஸ்டர் S. ஸ்ரீநிவாஸ ஐயங்கார், ஹானரபுல் மிஸ்டர் B. N. சர்மா, காப்டின் W. F. க்ரேஹாம், மிஸ்டர் T. V. ராமஸ்வாமி நாயுடு, மேஜர் எல்விஸ், மேஜர் நிப்ளாக், டாக்டர் B. இராஜகோபால்; இவர்களுள் டாக்டர் நாயர் ஸங்கத்தின் அக்கிராஸனாதிபதியாகவும், டாக்டர் B. இராஜகோபால் காரியதர்சியாகவும் நியமிக்கப் பெற்றார்கள்.

க்ஷய ரோகத்தினுல் நேரிடும் கொடுமைகளை ஆலோசித்துப் பார்த்தால், இவ்வித ஸங்கம் பொதுநன்மைக்கு இன்றியமையாததென்று நன்கு விளங்கும். இந்த ஸங்கம் காலக்ரமத்தில் பற்பல ஆராய்ச்சிகளைச் செய்து இவ்வியாதியின் கூறுபாடுகளையும், இதைத் தடுக்க வேண்டிய அல்லது நிவ்ருத்திக்க வேண்டிய முறைகளையும் வெளிப்படையாக ஜனங்களுக்கு எடுத்துக் காட்டி வந்தால், வருஷந்தோறும் ஆயிரக்கணக்கான உயிர்கள் இவ்வியாதியினிடமிருந்து தப்பிப் பிழைத்து வருமல்லவா? மேற்கூறிய காரியங்கள் அனைத்தையுமே இந்த ஸங்கம் நிறைவேற்றுவிட்டாலும், செய்ய வேண்டிய முயற்சிகள் இவ்விதமென்று இச்சங்கத்தார் வெளியிட்டால், பிணியாளிகளுக்கேற்ற சிறந்த வாஸஸ்த்தலம் (Sanatorium) முதலியவற்றை ஏற்படுத்த சில தார்மிகர்களான பிரபுக்களே முன்வரலாம்.

---

## Dr. R. MAHADEVA AIYAR, M. D.

## டாக்டர் ஆர். மஹாதேவ ஐயர், எம். டி.

இவ்வருஷம் டாக்டர் ஆர். மஹாதேவஐயர் M. B. &. C. M. அவர்கள் வைத்தியத்தில் வெகு உயர்தரமான M. D. என்கிற பட்டம் பெறத் தகுந்தவராய் விட்டதாக அறிய மிகவும் ஸந்தோஷப்படுகின்றோம். மிஸ்டர் மஹாதேவ ஐயர் வைத்தியத் தொழிலில் பிரவேசித்தது முதலாக கூர்மையான மதியுடன் சாந்தமாக வேலை செய்பவரென்று நாம் கேட்டிருக்கின்றோம். யூனிவர்ஸிடியாரிடமிருந்து இப்பட்டத்தைப் பெறுவதற்கு மற்றவைகளுக்கு இருப்பதுபோல் நாளது வரையில் பரீக்ஷை கிடையாது; வைத்திய...

திர ஸம்பந்தமான ஏதேனும் ஒரு விஷயத்தைப்பற்றி அவரவரது அனுபவத்திற்கிணங்க நூதனமாகவும் சாஸ்த்ரீயமாகவும் ஆராய்ச்சிசெய்து தகுந்த வியாஸம் ஒன்று எழுதவேண்டும்; அது யூனிவர் ஸிடியாரால் ஆமோதிக்கப்படுமானல் அப்பொழுது இப்பட்டத் தைப்பெறக்கூடும். அவ்விதம் த்ருப்திகரமாக வியாஸம் எழுதுவது மிகவும் கஷ்ட ஸாத்யம். ஆகவே இச் சென்னை யூனிவர்ஸிடி யாரிடமிருந்து இப்பட்டம் பெற்றவரும் வெகு சிறு பான்மையரே. இது வரையில் இச்சென்னை யூனிவர்ஸிடியில் 12 பேர் M. D. பட்டம் பெற்றிருக்கிறார்கள். ராவ் ஸாஹிப் தம்மன் ஸிங்க், மிஸ்டர் சுந்தரம், மிஸ்டர் P. S. சந்திரசேகர், மிஸ்டர் M. கிருஷ்ணஸ்வாமிஐயர், மிஸ் டர் S. V. இராமஸ்வாமி ஐயங்கார், மிஸ்டர் M. கேச வப்பாய், மிஸ்டர் M. லக்ஷ்மணகாமத். இந்தியர் களில் இப்பட்டத்தைப் பெற்றவர் இவ்வளவே. இப் பொழுது மிஸ்டர் மஹாதேவ ஐயர் சென்னை யூனிவர் ஸிடியின் 13-வது M. D. ஆவார். இவர் வெகு நாட்க ளாகவே எழும்பூரிலுள்ள கவர்ன்மெண்டு பிரஸவ ஆஸ்பத்திரியில் அஸிஸ்டெண்டு ஸர்ஜனாக வேலை பார்த்துவந்தார். ஸ்த்ரீகளுக்குக் கருப்பையிலுண்டா கும் வியாதிகளைப்பற்றியும், பிரஸவ சாஸ்திரத்தைப் பற்றியும் தேர்ந்த அறிவாளியென்று பெரும் புகழ்ச்சிய டைந்த மேஜர் G. G. கிப்பர்ட் I. M. S. அவர்களின் கீழ் மிஸ்டர் மாஹாதேவ ஐயர் வெகு திருப்திகரமாக மேற்படி ஆஸ்பத்ரியில் உத்தியோகம் பார்த்து வந் ததற்கு அத்தாட்சியாக, மருத்துவம் கற்பவருடைய உபயோகத்தின் பொருட்டு மேற்படி கிப்பர்ட் துரை யினுடைய பிரேரணையின் பேரில் "மருத்துவ சாஸ் திரச் சுருக்கம்" (Manual of Midwifery) என்கிற நூலை எளிய தமிழில் எழுதி வெளியிட்டிருக்கிறார். இப்பொழுதும் இவர் ராயபுரம் பிரஸவஆஸ்பத்ரி யில் அஸிஸ்டெண்டு ஸர்ஜனாயிருந்து வருகிறார். ஆகவே பிரஸவசாஸ்திரத்தில் இவர் சாஸ்த்ரீயமாகவும், அனுபவ பூர்வமாகவும் விசேஷமான அறிவை ஸம் பாதித்திருக்கிறார் என்றும், இப்பெரிய பட்டத்தைப் பெறுவதற்கு பிரஸவ சாஸ்திர ஸம்பந்தமாகவே வியா ஸம் எழுதினாரென்றும் நாம் சொல்ல வேண்டியது அநாவசியம். சுமார் ஒரு வருஷகாலமாக பற்பல ஆராய்ச்சிகள் செய்து, அதிக புத்திப் பிரயாஸமெடுத் துக் கொண்டு இதற்காக பரிச்ரமப்பட்டாரென்று நாம் அறிவோம். மிஸ்டர் மஹாதேவ ஐயர் வெகு சிர மப்பட்டு வேலை செய்பவரா யிருப்பதாலும், தமது அனுபவத்தில் வரும் விஷயங்களை மிகவும் கருத்து டன் கவனிப்பவரானதாலும் இச்சிறிய வயதிலேயே M. D. என்கிற உயர்தரமான பட்டத்தைப் பெற உரியவரானார்.

---

## THE ANNUAL MEETING OF THE MADRAS AYURVEDIC COLLEGE.

## சென்னை ஆயுர்வேத காலேஜின் வருஷாந்தக் கொண்டாட்டம்.

சென்னை ஆயுர்வேத காலேஜானது ஸ்ரீகன்னிகா பரமேச்வரீ தேவஸ்த்தான அதிகாரிகளின் ஆதரணையி னின்றும் விலகிய பிறகு, வைத்தியரத்னம் ஸ்ரீ பண் டித D. கோபாலாசார்லு அவர்களுடைய பிரயத்னத் தின் பேரில் ஏற்பட்ட ஸ்ரீ சென்னபுரீ ஆயுர்வேதப்ர சாரிணீ ஸபையாருடைய மேற்பார்வையின் கீழ் நட ந்து வருகிற விஷயம் பெரும்பான்மையோருக்குத் தெரிந்திருக்கலாம். இவ்வாறு காலேஜ் மற்றொரு கமிட்டியாரின் அதிகாரத்திற்கு வந்த பிறகு தம்புச் செட்டித் தெருவிலுள்ள காலேஜ் கிருஹத்தில் இந்த ஏப்ரல் மாதம் 8-ம் தேதி தான் முதன் முதல் இதன் வருஷாந்தக் கொண்டாட்டம் நடைபெற்றது. இக் கொண்டாட்டத்திற்கு ஹானரபுல் மிஸ்டர் P. S. சிவ ஸ்வாமி ஐயர் அவர்கள் அக்கிராஸனம் வஹித்தனர். அப்பொழுது இவ்வூரிலுள்ள அநேக கனவான்கள் விஜயம் செய்திருந்தனர். சென்னை ஆயுர்வேதப்ரசா ரிணீ ஸபையின் அக்கிராஸனாதிபதியான டாக்டர் ஸர். எஸ். ஸுப்ரமணிய ஐயர் அவர்கள் 1912-ம்௵ செப்டம்பர்மீ முதற்கொண்டு 1913-ம்௵ டிசம்பர்மீ வரையிலும் காலேஜில் நடந்தேறிய காரியங்களைப் பற்றியும், ஸபையின் காரியநியமங்களைப் பற்றியும் தயார் செய்துள்ள ரிபோர்டை ஸபையின்முன் படித் தார்.

பிறகு 1912, 1913-ம் வருஷங்களில் ஆயுர்வேத வித்வத்பரீக்ஷையில் தேறிய 14-மாணுக்கருக்கு ஸபா திபதியவர்கள் "ஆயுர்வேத பூஷண" என்கிற பட்டப் பெயருடன்கூடிய அதிகாரப்பத்திரங்களையும் (Diplomas), பரிசுகளாக வந்த புஸ்தகங்களையும் அளித்தார். அதன் பிறகு அவர்கள் பேசிய பேச்சின் ஸாராம்சம் பின்வருமாறு:—

ஆயுர்வேதப்ரசாரிணீ ஸபையானது மிகவும் உபயோகமான காரியத்தைச் செய்து வருகிறது. இந்த ஸபைக்காக அநேக கனவான்கள் திரவியஸஹாயம் செய்திருப்பது மிகவும் மெச்சத்தக்கது. பண்டித D. கோபாலாசார்லு அவர்கள் இந்த ஸபையை ஸ்தாபித்து, காலேஜை நடத்தி வருவதற்காக தமது திரவியத்தை செலவு செய்து உழைத்துவருவது கவனிக்கக் கூடிய விஷயமாகும். மேல் நாட்டு முறைப்படி வைத்தியம் கற்றுத் தேறிய சாஸ்திரஞ்ஞர்கள் இவ்வித காலேஜுக்கு உதவி புரிய முன்வரவேண்டியதுடன், அவர்களும் சுதேச ஔஷதமுறைகளை அறிந்து கொள்வது இன்றியமையாததாகும். மேனாட்டு வைத்திய முறையைக் கற்றறிந்த இந்தியர்கள் இதர மாகாணங்களில் ஆயுர்வேத நூல்களைப் படித்து, அம்முறையின் தத்துவங்களையும் அறிந்து வைத்தியத் தொழில் நடத்துவது போல், சென்னை ராஜதானியிலுள்ள மேனாட்டு வைத்தியாப்யாசிகளும் செய்வது உசிதமாயிருக்கும். ஸமீபத்தில் சென்னை சட்ட நிரூபண ஸபையில் நிறைவேறிய வைத்தியப்பதிவு மஸோதாவானது, ஆயுர்வேத வைத்தியர்களுடைய அபிவிருத்திக்கு எவ்விதத்திலும் இடையூறு செய்யுமென்று நம்ப இடமில்லை. இந்திய வைத்தியமுறையை கவர்ன்மெண்டார் சிறிதும் ஆதரிப்பதில்லையென்று ஓர் உணர்ச்சி எங்கும் பரவியிருக்கிறது. அது மாத்திரமல்ல; தற்காலம் இந்தியர்களில் படித்த வகுப்பாரான [illegible] ஜனங்களுடைய ஆதரவையும் இத்தேசத்திய வைத்தியமுறை [illegible]யென்று நினைக்கிறேன். இந்திய வைத்திய நூல்களிலுள்ள விஷயங்களைப் படித்தறிந்த வைத்தியர்கள் ஒரு புறமிருக்க, அவ்விஷயங்களைக் கவனிக்காமலே இவ்வைத்திய முறை ஒழுங்கல்லவென்று நினைப்பவருடைய கருத்து சரியானதென்று நான் நம்பவில்லை. ஆராய்ச்சிகள் செய்து இவ்வைத்திய முறையை அபிவிருத்தி செய்ய வேண்டியதென்னமோ அவசியம். ஆனால், இவ்வைத்தியமுறை எவ்விதத்திலும் ஒழுங்கானதென்று சுதேச வைத்தியர்கள் வெளிப்படையாகப் பற்பல பரிசோதனைகளின் மூலமாய் அறிவிக்க முன்வரவேண்டும். பண்டித கோபாலாசார்லுவைப் போல் விசாலமான கொள்கையுடன் இக்காரியத்திற்காக அநேகர் முயற்சி செய்ய வேண்டும். தற்காலம் இத்தேசத்திய வைத்திய சாஸ்திரத்தின் உண்மைகள் மறைக்கப்பட்டு இரஹஸ்யமாயிருப்பது விசதமானது. ஆனால் இம்முறையை விருத்திக்குக் கொண்டுவர வேண்டுமென்று முறைப்பாடு செய்து கொள்வதற்கு முக்கியமான ஆதாரம்-இவ்வௌஷதங்களும், இவ்வைத்தியத் தொழிலும் மேனாட்டு முறையைவிட மிகவும் மலிவாகயிருப்பதேயாம். இந்தியாவிலுள்ள ஜனஸங்க்யைக்குத் தகுந்த வாறு வைத்தியர்கள் வேண்டுமென்றால், இப்பொழுதுள்ள சொற்பத் தொகையான ஆங்கில வைத்தியர்கள் எவ்விதத்திலும் போதாமலிருப்பது இரண்டாவது காரணமாகும். ஆகவே, சுதேசவைத்திய முறையை ஆதரிப்பதற்குத் தகுந்த ஹேதுக்கள் இல்லாமற் போகவில்லை. ஆனால் ஸம்ஸ்கிருதத்திலுள்ள பிரதானமான ஆயுர்வேத நூல்களை தேசபாஷைகளிலும் ஆங்கிலத்திலும் தகுந்தவாறு மொழிபெயர்த்துப் பிரசுரிக்கவேண்டியது முதற்காரியமாகும். மேல்நாட்டு முறைப்படி கற்றறிந்த வைத்தியர்களுக்கு வித்யார்த்தி வேதநம் கொடுத்து, இத்தேசத்திய வைத்திய முறையையும் படித்து, அதிலுள்ள தத்துவங்களை ஆராய்ச்சி செய்து வெளிப்படுத்தச் செய்வதும் இம்முறையை அபிவிருத்தி செய்வதற்கு மற்றொரு வழியாகும். சாரீர சாஸ்திரம் முதலியவற்றில் ஆரம்பஞானத்தை மாணாக்கருக்கு உண்டாக்குவதற்காக இக்காலேஜில் இப்பொழுது ஏற்படுத்தியிருக்கும் படிப்பு முறை சிறந்ததென்றே நினைக்கிறேன். இறுதியில், ஆயுர்வேதப்ரசாரிணீ ஸபையார், இவ்விஷயத்தில் தமது கொள்கையை இவ்வாறு வெளியிடுவதற்கு ஒரு ஸந்தர்ப்பம் ஏற்படுத்தியதனால், அவர்களுக்காகத் தாம் வந்தனம் செய்வதாகக் கூறிப் பிரஸங்கத்தை முடித்தார்.

பிறகு டாக்டர் ஸர் S. சுப்பிரம்மணிய ஐயரவர்கள் எழுந்து ஆயுர்வேதவைத்தியத்தை கவர்ன்மெண்டார் அபிவிருத்திக்குக் கொண்டுவர வேண்டிய ஆவசியகத்தைப் பற்றி சிறிது பேசிவிட்டு, ஸபாதிபதிக்கு நன்றி கூறினார்.

ஆயுர்வேத வைத்திய முறையை அபிவிருத்திக்குக் கொண்டுவருவதற்காக ஹானரபுல் மிஸ்டர் P. S. சிவஸ்வாமி ஐயர் அவர்கள் எடுத்துக்கூறிய உபாயங்கள் எவ்விதத்திலும் கவனிக்கக்கூடியவை. ஸம்ஸ்கிருதத்திலுள்ள பிரதானமான ஆயுர்வேத நூல்களை தேசபாஷைகளில் மொழிபெயர்ப்பது இவ்வைத்தியாபிவிருத்திக்கு மிகவும் இன்றியமையாததென்று யோசித்துதான் நாம் முன்னமே சார்ங்கதர ஸம்ஹிதை, ஸுச்ருத ஸம்ஹிதை முதலியவற்றைத் தமிழில் இங்ஙனம் எளிய நடையில் பல சீர்திருத்தங்களுடன் மொழிபெயர்த்து வெளியிட முயன்றோம். இக்கிரந்தங்களாலும், இவ்வைத்திய கலாநிதியினாலும் நமது தேசத்திய வைத்திய முறையும், நமது வைத்தியர்களும் ஒருவாறு நன்மை பெறுவார்கள் என்று நிச்சயித்து நாம் ஆரம்பித்த இக்காரியத்திற்கு ஹானரபுல் மிஸ்டர் சிவஸ்வாமி ஐயர் அவர்களுடைய அபிப்ராயமும் ஏற்றதாயிருப்பதை அனைவரும் கவனிப்பாராக.

# DRUGS AND MEDICINES.

## ஔஷதச் சரக்குகளும் ஔஷதங்களும்.

### வெண்குங்கிலியம்.

மேற்குப் பக்கத்திலுள்ள தீபகற்பத்தில் என்றைக்கும் பசுமை நிறமுள்ளதாகவே காணப்படும் ஒரு வகையான மரங்களின் வெடிப்புகளிலிருந்து பலவாறான நிறமுள்ளதாய் வெளிவரும் ஒருவித பிசின் குங்கிலியம் எனப்படுகிறது. இதில் வெண்ணிறமாயிருப்பது சுத்தமானது. பெரும்பாலும் குங்கிலியத்தின் வெளிநிறம் சிறிது மஞ்சளாகவோ சிறிது சிவப்பாகவோ இருக்கும். இத்தேசத்திய குங்கிலியம், மேல் நாட்டு முறைப்படி வைத்தியம் செய்புவரும், அபிஷியல் (ப்ரிட்டிஷ் வைத்தியாதிகாரிகளால் ஔஷதத்திற்கு ஏற்றதென்று நிர்த்தாரணம் செய்யப்பட்ட) குங்கிலியத்திற்குப் பதிலாய் நன்றாக உபயோகிக்கத் தகுந்த சிறந்த சரக்கேயாம். ஸாதாரணமாய் இச்சரக்கை மேலுக்கு உபயோகிக்கும் களிம்பு முதலானதுகளில் சேர்த்துப் பக்குவம் செய்வது வழக்கம்.

களிம்பு செய்யும் முறை:—வெண் குங்கிலியம் 5-பலம், கோகம் என்கிற மரத்திலிருந்து (இந்த மரம் மலையாளம் முதலிய விடங்களில் பிரவித்தம்) உண்டாகும் வெண்ணெய் போன்ற ஒரு வித எண்ணெய் 8 பலம், தேன் மெழுகு இரண்டு பலம், இவற்றைச் சேர்த்து, சிறிய தீயிட்டு உருக்க வேண்டும்; உருகியவுடனே அது நன்றாகக் குளிரும் வரையில் கரண்டித் துடுப்பால் விடாமல் குழப்பவேண்டும். இதை கனமான வஸ்திரத்தில் அல்லது லிண்டு எனப்படும் ஒரு வித பஞ்சுத்துணியில் தடவி விரணங்களிலிருந்து சீழ் முதலியது வெளியான பிறகு அவ்விரணங்களின் மேல் போட்டுக் கட்டுவதால் சீக்கிரத்தில் விரணம் ஆறிவிடும். ஸாதாரண சிரங்குகளின் மேலும் இதைத் தடவுவது நலம்,

குளிகை செய்யும் முறைகள்:—ஆயுர்வேதவைத்தியர்கள் குங்கிலியத்தை மாத்திரையாகவும் க்ருதம் முதலியதாகவும் பக்குவம் செய்து உட்கொள்ளவும் உபயோகிப்பதுண்டு. அவற்றுள் வெகு உபயோகமான இரண்டு முறைகள் மட்டும் இங்கு எழுதப்படுகின்றன:—

(1) விடங்காதி குக்குலு:—வாய்விடங்கம், த்ரிபலை, சுக்கு, திப்பிலி, மிளகு, குங்கிலியம் இவை ஒவ்வொன்றும் 2 பலம் சேர்த்து சூர்ணம் செய்து, நெய் விட்டு கல்வத்தில் அரைத்து, ஒவ்வொன்றும் 3 குன்றுமணி யெடையுள்ளதாயிருக்கும்படி குளிகை செய்ய வேண்டியது.

(2) அம்ருதாதி குக்குலு:—சீந்திற்கொடி, பேய்புடல் வேர், த்ரிகடு, த்ரிபலை, வாய்விடங்கம், குங்கிலியம் இவற்றை முன்போலவே ஸமபாகமாகச் சேர்த்து மாத்திரைகள் செய்யலாம். குடலில் உண்டான விரணங்களையும், இரத்தபேதி இரத்தபித்தம், குன்மரோகம், வயிற்றுப் பொருமல், வயிற்றுக்கிருமிகள் இவற்றையும் போக்கும். வேளைக்கு ஒன்று அல்லது இரண்டு மாத்திரைகள் சாப்பிடலாம்; இவ்விரண்டு வகையான மாத்திரைகளையும் உட்கொள்வதால் சொறி சிரங்கு முதலியவைகளும் குணமாகும். ஒரு தினத்திற்கு 3-வேளை உட்கொள்ளலாம். (யோகரத்நாகரம்.)

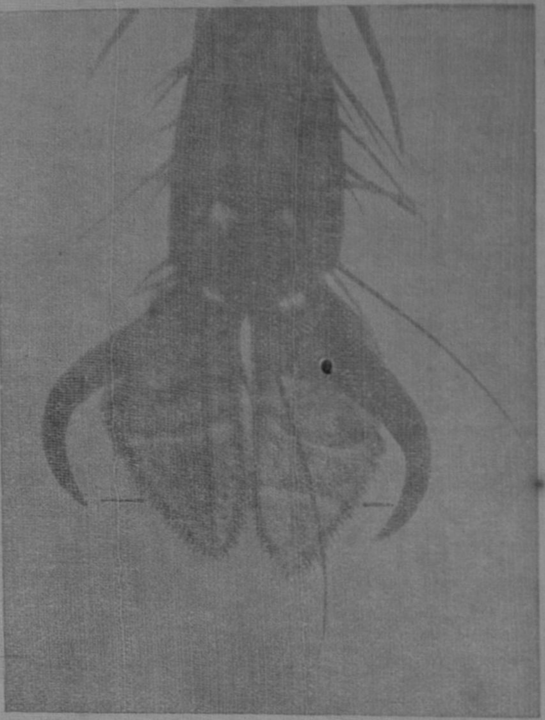
# NOTES AND ITEMS OF INTEREST.

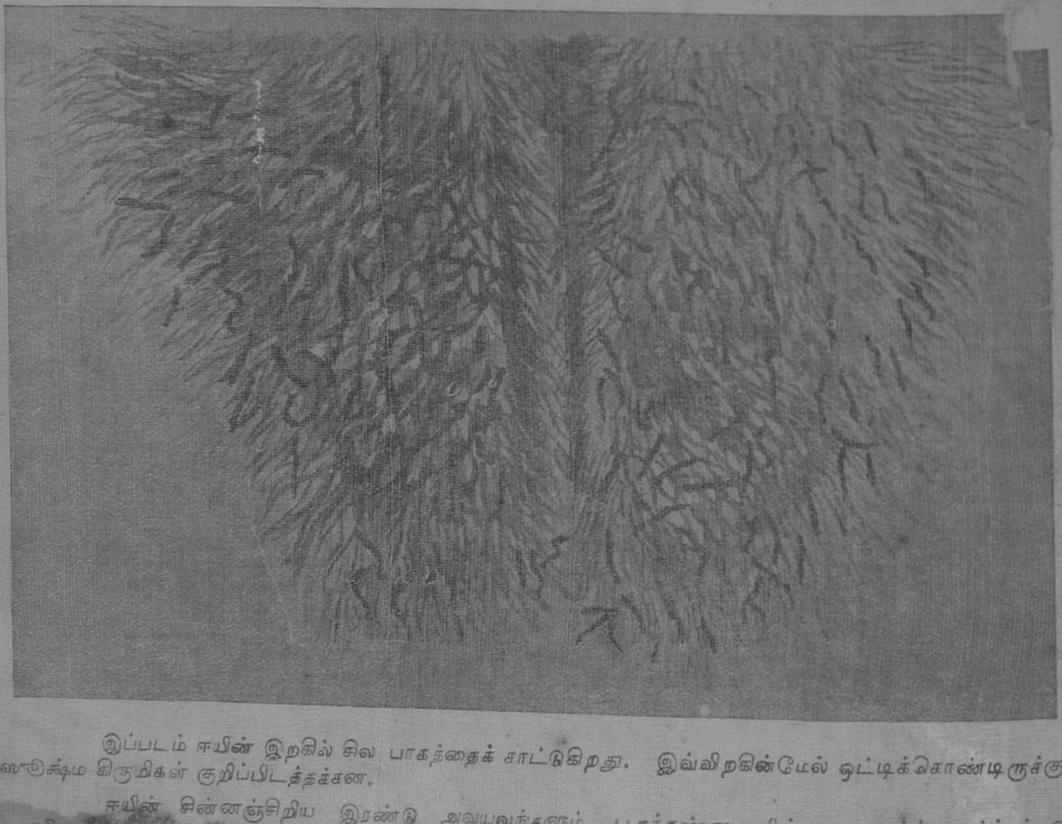
## பலவகைக் குறிப்புகள்.

ஊரூராய்ச் செல்லும் வைத்தியசாலைகள்:—கோதாவரி, கர்னூல், விசாகப்பட்டணம் இம்மூன்று ஜில்லாக்களிலும் ஊரூராய்ச் செல்லும் வைத்திய சாலைகளை (Itinerating Dispensaries) ஏற்படுத்த வேண்டுமென்று அம் மூன்று டிஸ்ட்ரிக்ட் போர்டுகளும் தீர்மானம் செய்திருக்கின்றன. முன்முதல் செய்ய வேண்டிய செலவுகளுக்காக இம் மூன்று டிஸ்ட்ரிக்ட் போர்டுகளில் ஒவ்வொன்றுக்கும் 1,000 ரூபாய் உதவி செய்வதாக கவர்ன்மெண்டார் ஒப்புக்கொண்டிருக்கிறார்கள். கூடிய சீக்கிரத்தில் இவ்வேலையை ஆரம்பிக்க வேண்டுமென்று அந்த டிஸ்ட்ரிக்டுபோர்டுகளின் பிரஸிடெண்டுகளும் கவர்ன்மெண்டாரால் கேட்டுக்கொள்ளப்பட்டிருக்கிறார்கள். இந்த வைத்தி சாலைகள் ஒரு ஊருக்குப் போவதாயிருந்தால், முன்னதாகவே அவ்வூருக்கு ஸம்பந்தப்பட்ட ரெவின்யூ ஆபிஸர் மூலமாக ஊருக்குத் தலைவரா யிருப்பவர் வைத்திய சாலையில் அதிகாரம் வகிக்கும் ஸப் அஸிஸ்டெண்ட் ஸர்ஜனுக்குக் கூடிய உதவிகள் புரியும்படி ஏற்பாடுகள் செய்யப்படும். இந்த வைத்தியசாலைகள் செய்யும் வேலைகளைப்பற்றிய ரிபோர்டு ஸர்ஜன் ஜெனரல் மூலமாக 1915-ஹு ஏப்ரல்மாதத்திற்குள்ளாக கவர்ன்மெண்டுக்கு அனுப்பப்படும். கடப்பை, கஞ்ஜம் இந்த இரண்டு டிஸ்ட்ரிக்ட் போர்டுகளும் இப்பொழுது இவ் வைத்தியசாலை ஏற்படுத்த திரவ்யமில்லையென்று சொல்லி விட்டன.

க்ஷய ரோக ஆஸ்பத்ரி:—ஏழாவது எட்வர்ட் சக்கிரவர்த்தியாருடைய ஞாபகச்சின்னமாக க்ஷயரோகிகளுக் கென்று ஒரு தர்ம வைத்திய சாலை ஸ்தாபிப்பதற்கென்று கவர்ன் மெண்டார் 2,18,527-15-7, ரூபாய் ஸாங்க்ஷன் செய்திருக்கிறார்கள். க்ஷயரோகத்தினலுண்டாகும் தீங்குகளைப் பார்த்தால், அதை ஒழிப்பதற்காக எவ்வளவு முயற்சிகள் நடைபெற்றபோதிலும் அதிக மாகாது,

இப்படம் ஈயின் காலில் சில பாகத்தைக் காட்டுகிறது.





இப்படம் ஈயின் இறகில் சில பாகத்தைக் காட்டுகிறது. இவ்விறகின்மேல் ஒட்டிக்கொண்டிருக்கும் ஸூக்ஷ்ம கிருமிகள் குறிப்பிடத்தக்கன.

ஈயின் சின்னஞ்சிறிய இரண்டு அவயவங்களும், பூதக்கண்ணாடியின் மூலமாய்ப் பார்க்கப்படும் பாவிலே [illegible] 1,000 மடங்கு பெரிதாக வரையப்பட்டிருக்கின்றன.